

Seria pouco inteligente, e ineficaz, fingir que nada sabemos sobre o *efeito espelho*. A lei da reciprocidade opera em todas as interações. A imagem que cada um tem dos outros é sempre um reflexo da imagem de si mesmo. Agora é o tempo certo, portanto, para agir com paz e serenidade de modo a não aumentar as fontes de dificuldades, em primeiro lugar, e para reduzi-las tanto quanto possível através de uma ação inteligente e cooperativa.

Sempre que há boa vontade, existe um caminho saudável a seguir.

É melhor errar por ser demasiado cuidadoso do que errar por ser negligente. Medidas práticas, adotadas por iniciativa individual, podem ser facilmente definidas de acordo com a realidade de cada um.

Um princípio básico recomenda manter o nosso estado mental ativo e elevado, centrado no esforço construtivo. Cada dia faz a diferença: a velocidade dos fatos é enorme. Em relação aos perigos, individuais e coletivos, devemos construir uma estratégia prática preventiva que inclua todas as áreas da vida.

Qualquer cidadão pode obter um profundo sentimento de tranquilidade por saber que está fazendo, *hoje*, o que depende dele. Sempre é possível praticar a ioga da ação correta de acordo com as nossas possibilidades. Uma consciência leve e limpa nos permite não ter preocupações excessivas com o que não faz parte do nosso dever.

Em tempos de calamidade, cabe lembrar que não existe morte, exceto no plano físico. Só o eu inferior morre. A reencarnação - *gilgul*, o *rolamento* ou *reciclagem* na tradição judaica - é um fato da natureza. No entanto, o corpo físico e o eu “pessoal” são instrumentos valiosos do Espírito. Preservar estas ferramentas de maneiras honestas enquanto cooperamos com nossos semelhantes é a coisa correta a fazer.

Quando as circunstâncias trazem perigos, dois erros infantis devem ser evitados através do uso de bom senso:

1) O primeiro erro é uma atitude de passividade indiferente em relação a mudanças sociais que são potencialmente catastróficas. Atualmente *uma página da História está sendo virada*, e isso acontece em todas as esferas da vida ao mesmo tempo. O Efeito Borboleta significa que um indivíduo bem-intencionado tem o potencial para fazer uma grande diferença, que tenderá a permanecer não-vista e não-reconhecida. Isso é correto, porque plantar é melhor que colher.

2) O outro erro a ser evitado consiste em um nível elevado de ansiedade pessoal, que torna mais difícil desenvolver uma ação eficiente. O egoísmo não deve fazer parte da agenda. O pânico é pior que inútil. Uma serenidade essencial surge do fato de saber que estamos fazendo o melhor que podemos.

Ações generosas que visam defender a Vida são tanto um dever como um privilégio. Se aproveitarmos as oportunidades positivas que nos rodeiam neste momento, outras potencialidades luminosas se tornarão visíveis.

Na tradição judaica, Shimon, o Justo, costumava dizer:

“O mundo se mantém sobre três coisas: a Torá [*a lei*], o serviço divino e a ação altruísta”. [1]

Uma afirmação fundamental como esta significa que o mundo vem abaixo quando o sentido de Dever, ou de Lei, é demasiado fraco; ou quando o mundo sagrado fica esquecido e os sentimentos generosos de respeito e amizade são deixados de lado.

Os três pontos destacados por Shimon, o Justo, são as fontes morais de paz na sociedade; a ausência deles é a origem do caos social (e político). Estes princípios ou a ausência deles abrem o caminho para o começo e o fim das civilizações. O que dizer da ação do indivíduo de acordo com seu livre arbítrio?

Algumas regras devem ser seguidas para preservar o bom senso e desenvolver ações corretas em tempos difíceis. Várias delas foram ensinadas há quase dois mil anos atrás por Epicteto, que disse:

“A felicidade e a liberdade começam com a clara compreensão de um princípio: algumas coisas estão sob nosso controle e outras não estão. Só depois de aceitar esta regra fundamental e aprender a distinguir entre o que podemos e o que não podemos controlar é que a tranquilidade interior e a eficácia exterior tornam-se possíveis.”

Durante a atual transição planetária, a tranquilidade interior e a eficácia externa devem ser preservadas e expandidas. Epicteto esclarece:

“Sob nosso controle estão as nossas opiniões, aspirações, desejos e a decisão sobre as coisas que nos causam repulsa ou nos desagradam. Essas áreas são justificadamente da nossa conta porque estão sujeitas à nossa influência direta. Temos sempre a possibilidade de escolha quando se trata do conteúdo e da natureza de nossa vida interior. Fora de nosso controle, entretanto, estão coisas como o tipo de corpo que temos, se nascemos ricos ou se tiramos a sorte grande e enriquecemos de repente, a maneira como somos vistos pelos outros ou qual é nossa posição na sociedade. Devemos lembrar que essas coisas são externas e, portanto, não dependem de nós. Tentar controlar ou mudar o que não podemos só resulta em aflição e angústia.”

O filósofo estoico diz que devemos lembrar do seguinte:

“As coisas sob nosso poder estão naturalmente à nossa disposição, livres de qualquer restrição ou impedimento. As que não estão, porém, são frágeis, sujeitas a dependência ou determinadas pelos caprichos ou ações dos outros.”

O caminho da frustração é indicado por Epicteto para que ele possa ser evitado mais facilmente:

“Lembre-se também do seguinte: se você achar que tem domínio total sobre coisas que estariam, naturalmente, fora de seu controle (...) sua busca será distorcida e você se tornará uma pessoa frustrada, ansiosa e com tendência para criticar os outros.”[2]

A qualidade dos pensamentos e sentimentos é uma responsabilidade imediata de cada um. Constitui grave erro deixar que a mente seja levada para lá e para cá por medos e desejos subconscientes.

A dispersão mental não é um mero erro inocente, porque pode provocar a morte. O *Pirkê Avót* afirma que a interrupção desatenta do estudo dos ensinamentos espirituais atrai a destruição para a vida do indivíduo descuidado. [3] O mesmo se aplica à sociedade negligente.

O comportamento trivial provoca calamidades, e Irving M. Bunim escreve:

“Nossa atenção e capacidade mental são, em última análise, limitadas. Quando a trivialidade se apossa de nós, os ensinamentos ancestrais [...] com certeza desaparecem. Aquele que deliberadamente substitui por mil e uma necessidades inúteis os princípios da lei e do saber [*espirituais*], sem dúvida incorre em uma culpa que irá custar-lhe sua própria alma.” [4]

O equilíbrio e o bom senso estimulam a boa vontade, que por sua vez abre as portas da bem-aventurança. Cabe lembrar que o estado da comunidade é um reflexo do estado das mentes e almas que fazem parte dela. O modo eficaz de melhorar a sociedade consiste em expandir a consciência. O tipo correto de atenção produz um sentido de responsabilidade comum que derrota o egoísmo e evita a dor desnecessária.

(CCA)

NOTAS:

[1] “Ação altruísta”, isto é, beneficência, ou ação beneficente. Ver “A Ética do Sinai”, Ensinamentos dos Sábios do Talmud, Editora e Livraria Sêfer, São Paulo, 1998, 525 pp., ver capítulo 01, Mishná 02, p. 21. Em inglês, “Ethics from Sinai”, an eclectic commentary on *Pirke Avoth*, by Irving M. Bunim, 3-volume edition, Philipp Feldheim, Inc., New York, copyright 1964, ver volume I, Perek I, Mishnah 02, p. 38. Veja também, na edição brasileira da mesma obra, Capítulo 01, Mishná 18, p. 64. Ali Shimon ben Gamliel menciona princípios equivalentes: “O mundo existe graças a três coisas: a verdade, a justiça e a paz.”

[2] “A Arte de Viver”, Epicteto, uma nova interpretação de Sharon Lebell, Ed. Sextante, RJ, 2000, 159 pp., ver pp. 20-21.

[3] “A Ética do Sinai”, Irving M. Bunim, Capítulo 03, Mishná 09, p. 153: “Aquele que durante o caminho rememora o que aprendeu da Torá mas interrompe seu pensamento para dizer, ‘*Que bela árvore! Que belo campo!*’ é considerado pela Escritura como alguém que, por seu pecado, incorreu na pena de morte.” A palavra “pecado” significa “erro”. O peregrino deve ter a calma e completa vigilância de um guerreiro durante a batalha. Veja também o Capítulo 03, Mishná 10, p. 155, na mesma obra.

[4] “A Ética do Sinai”, Irving M. Bunim, Capítulo 03, Mishná 10, p. 156.

000

O texto acima é uma tradução. Ele está disponível em inglês nos [websites associados](#) e no blog teosófico de “[The Times of Israel](#)”.

Veja “[O Primeiro Passo Para a Cura](#)” e “[A Guerra Mundial em Nossas Mentes](#)”. Sobre Epicteto, leia o capítulo cinco na obra “*Conversas na Biblioteca*”, de Carlos Cardoso Aveline, Edifurb, Blumenau, Santa Catarina, 2007, 170 páginas.

000

Teixeira de Pascoaes: **A Agricultura dos Escritores**



Um grão de seara é estrela no infinito
E a farinha ideal que ela produz
As almas alimenta: é pão de luz!
A pena é irmã da enxada;
A página de um livro é terra semeada.
Quem escreve, cultiva.
Em que difere a flor da ideia viva?

(Teixeira de Pascoaes)

[Do poema “Os Cavadores”, publicado no livro “Vida Etherea”, de Teixeira de Pascoaes, F. Franca Amado Editor, Coimbra, 1906, 192 pp., p. 136.]

000

Clique e Leia

A Dieta Que Respeita a Vida
A Forma como Tratamos os Outros Seres
Reflete o Tratamento Que Damos à Alma

000

Epicteto Ensina a Estar Preparado



Faça com que a morte, o exílio e qualquer outra coisa que pareça assustadora esteja diariamente diante de seus olhos, mas acima de tudo a morte. Assim, você nunca pensará em nada mesquinho nem desejará nada com extravagância.

Se você deseja a filosofia, prepare-se desde o início para ser ridicularizado, e espere que muitos vão desprezar você e dizer: “De repente ele agora é um filósofo; mas de onde foi que ele tirou esse olhar de superioridade?”

Não adote uma atitude de superioridade. Mas afeire-se às coisas que lhe parecem melhores, e que parecem indicadas pela Divindade para essa ocasião. E lembre que se você mantiver os seus princípios, os homens que antes o ridicularizaram mais tarde terão admiração por você: mas se você se deixar vencer por eles, atrairá para si mesmo um duplo ridículo.

(Epicteto)

000

O filósofo Epicteto viveu entre o ano de 50 e o ano de 135 da era cristã. As palavras acima são citadas no livro “**Conversas na Biblioteca**”, de Carlos Cardoso Aveline, Editora da FURB, Blumenau, SC, 2007, 170 pp., ver p. 38.

000

[Clique e Leia](#)

O Primeiro Passo Para a Cura

**As Lições Ensinadas Pela
Pandemia do Coronavírus**

000

O Alerta e a Confiança



Quando os fatos externos se multiplicam e a velocidade deles aumenta muito, aquilo que vemos como ‘realidade objetiva’ se torna *líquido*.

A realidade então se comporta como uma ‘onda’ de fatos e probabilidades sem forma externa durável. Diante dela não é possível desenvolver apego. A transformação súbita da realidade ao nosso redor e dos ritmos da vida diária nos desafia a focar corretamente a atenção. É preciso ampliar a capacidade de olhar e de ver, e de priorizar o que realmente importa.

A clareza de visão nasce de uma relação direta com o silêncio interno da alma, onde vive a paz incondicional.

Para compensar o excesso de informações externas e fragmentárias, cabe perceber em silêncio aquele saber que não depende de raciocínio, o saber que não se refere a isso ou aquilo, o saber puro em si mesmo, eterno, luminoso, incontaminado.

Deste modo podemos olhar a mudança externa desde o ponto de vista da paz, e com base num nível mais alto de alerta e de confiança na vida.

000

[Clique para ler](#)

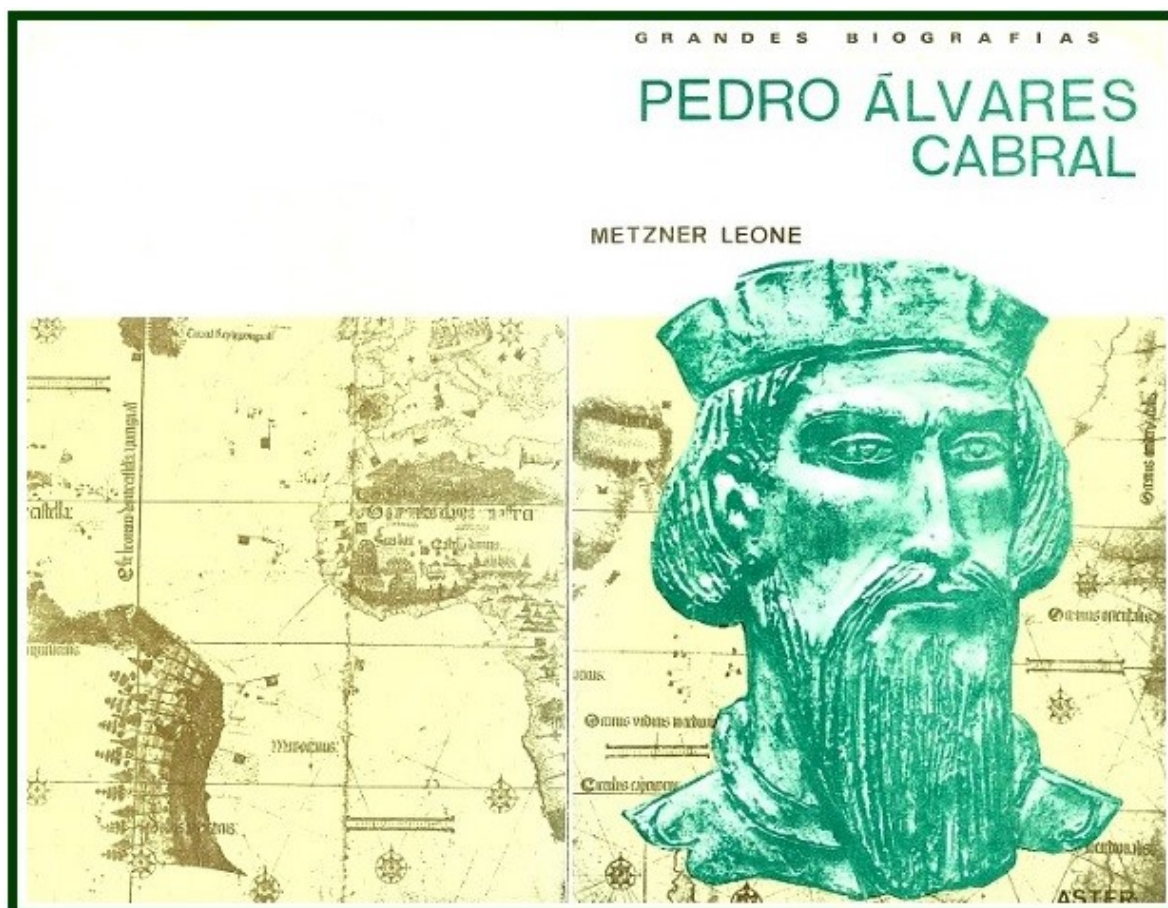
**O Efeito Alquímico da Concentração
Busca Constante da Ação Correta
Transmuta a Ignorância em Sabedoria**

000

Pedro Álvares Cabral

A Mais Completa Defesa do ‘Descobridor do Brasil’ Tem a Força e a Luz do Inesperado

Metzner Leone



Nenhuma grande figura da nossa História é tão desconhecida como Pedro Álvares Cabral. A concentração dos documentos num só momento da sua vida parecia condenar o grande navegador a ser, na História, uma espécie de meteoro, iluminado e logo extinto junto ao Cruzeiro do Sul...

Metzner Leone, habituado ao estudo psicológico das personagens da Ficção e da História, e marcado pelas disciplinas de objetividade que fazem o verdadeiro jornalista, soube arrancar da penumbra dos arquivos e salvar da luz deformante das ideologias o primeiro homem que uniu numa só viagem os quatro grandes continentes, completando o quadro das navegações oceânicas do século XV.

Uma biografia de Cabral parecia uma tarefa impossível de realizar. E seria de fato impossível para quem não dispusesse simultaneamente de uma audaciosa imaginação e de um respeito sagrado pela verdade.

Em toda obra de interpretação, abre-se uma margem mais ou menos larga, em que são possíveis, e até indispensáveis, as opções pessoais. O historiador não pode limitar-se a fornecer ao leitor a secura das fontes. Menos ainda o biógrafo, de quem o público espera, com alguma razão, a capacidade de cor e de vida que em geral se encontra no romancista.

[Clique aqui para ler a obra
“Pedro Álvares Cabral”, em PDF](#)

000

Oportunidades Para Despertar

O Coronavírus traz a todos uma necessidade de renovação. Para quem não tinha uma vida de retiro e reflexão, os hábitos pessoais mudam. O perigo torna mais difícil levar uma vida superficial.

O “**Times of Israel**” registra que o confinamento forçado em casa está levando multidões a redescobrir a prática da meditação, da contemplação e do estudo filosófico. [1] Outros jornais descrevem a redescoberta - não sem desafios - do convívio familiar pleno.

NOTA:

[1] Veja o texto em [“The Times of Israel”](#).

000

A Desafiante Relação Entre Luz e Sombra

Há sérias dificuldades de compreensão mútua entre a sabedoria e a ignorância.

Em qualquer área de ensino e aprendizagem, a comunicação entre quem sabe e quem não sabe não é assunto simples, e pode transformar-se em um diálogo de surdos.

Para evitar este tipo de armadilha, cabe observar em primeiro lugar a relação que temos com a nossa própria ignorância.

Há uma grande diferença entre ser tolo e ser ignorante.

Tolo não é aquele que não sabe. Tolo é aquele que, não sabendo, pensa que sabe; e com frequência pensa que “sabe tudo”.

O começo da sabedoria não está, portanto, em aprender isso ou aprender aquilo. É falso todo aprendizado que ocorre sobre bases falsas.

O começo da sabedoria consiste em saber que pouco ou nada sabemos. É esta constatação humilde, realista, sincera, que abre espaço para a verdadeira aprendizagem.

[Clique para continuar lendo
‘A Desafiante Relação Entre Luz e Sombra’](#)

000

Ideias ao Longo do Caminho

O Centro da Aura de um País é Feito de Justiça e Equilíbrio



Moeda de um centavo emitida pelo governo do Brasil em 1998, em homenagem a Pedro Álvares Cabral

- * Quem possui verdadeiro conhecimento pensa devagar e usa as palavras com cuidado. O indivíduo sensato tira lições dos seus fracassos e procura corrigir seus erros.
- * Aquele que não dispõe de bom senso, por sua vez, prefere lançar opiniões professorais sobre tudo e qualquer coisa. O desinformado projeta a sua própria ignorância sobre seus semelhantes. Quer convencer a si mesmo e aos outros de que possui um conhecimento muito superior.
- * Os estudantes socráticos e buscadores da verdade tentam, em primeiro lugar, não iludir a si próprios. Eles costumam dizer: “Eu só sei que sei muito pouco, quase nada.” Evitar a ilusão pessoal é importante: a humildade permite que o estudante seja capaz de aprender e olhar para o alto, na direção da fonte sagrada que flui em seu interior.
- * A garantia da vitória, e da clareza de rumo, está em ouvir bem a voz da consciência. A coerência aos olhos do mundo é menos importante que ser leal aos conselhos da alma. A tarefa da disciplina consiste em manter o ritmo e evitar a dispersão.
- * Se fosse fácil, a disciplina da caminhada não teria grande valor. Quando a sociedade ao seu redor coleciona crises enquanto cultua a pressa e a ansiedade, você precisa ter uma boa dose de firmeza na decisão de manter a paz na vida diária.

* A causa dos testes e provações está na necessidade de eliminar os processos da ingenuidade, da desatenção, e do apego ao conforto de curto prazo. Fortalecer a alma é uma tarefa inevitável, e isso se faz enfrentando desafios.

* As civilizações têm os seus próprios carmas. Cada vez que uma sociedade se desliga ou esquece do processo de evolução e aprendizagem da alma, esta “perda de memória” e de interesse pelo mundo espiritual trará as lições correspondentes, que nem sempre são agradáveis e em alguns casos podem ser bastante amargas. Mas a porta para a regeneração individual e coletiva está sempre aberta diante de todos.

* O instante contém a eternidade. Qualquer minuto, em quaisquer circunstâncias, é o momento certo para reafirmar o contato com a paz em nosso interior.

O Centro da Aura

* Todo ser e todo país têm uma aura, e a aura tem um centro.

* O centro da aura é uma espécie de Sol. Ele irradia e organiza as energias de um determinado campo energético. O ponto central da aura é encontrado através da justiça e da simetria. Todos os pontos do círculo amplo que rodeia o Centro devem guardar dele uma distância proporcional à natureza de cada um. Isso simboliza o fato de que todos são iguais perante a Lei do plantio e da colheita, e diante da lei das forças magnéticas.

* O centro da aura funciona através de Justiça e Equilíbrio.

* Na ausência de justiça em assuntos que se referem ao centro da aura, o organismo inteiro sofre os desequilíbrios correspondentes. Disso surge a necessidade de um indivíduo ser justo e grato em relação a seus pais, em relação a seu eu superior, e aos outros seres. Por esse motivo, entre outros, cada país deve agir com justiça em relação a seus fundadores e seus líderes do passado.

* Está disponível nos websites associados o livro “Pedro Álvares Cabral”, de Metzner Leone. Sua publicação é uma modesta contribuição da Loja Independente de Teosofistas para ajudar a colocar o centro da aura do Brasil no seu devido lugar. O livro faz justiça a Cabral. Foi publicado em papel em Lisboa, em 1968, para celebrar os 500 anos de nascimento do navegador, ocorrido em 1468 ou 1467. O volume de 522 páginas foi publicado online em 2020 para celebrar a vida inspiradora de Cabral. [1] Pedro Álvares morreu isolado e esquecido no interior de Portugal há 500 anos, em 1520, mas seu exemplo de integridade ainda nos acompanha hoje.

NOTA:

[1] Clique para ver em um dos nossos websites associados o livro “[Pedro Álvares Cabral](#)”. A respeito do ano de nascimento do navegador, veja a p. 42 da obra. O dia e o mês de nascimento são discutidos na página 57, inclusive nota de rodapé.

000

Sobre a ideia de *centro da aura*, veja também o texto de capa da edição de outubro de 2019 de “[O Teosofista](#)”.

000

Notas de Leitura: **Três Caminhos Para a Paz**



Conhecer a si mesmo e ao universo é o que permite ao ser humano expandir horizontes. A razão unida ao discernimento fortalece no homem a condição humana.

A teosofia ensina que não há separação entre a realidade interna e externa. A última espelha a primeira em suas oportunidades e obstáculos. Autogovernar-se está no roteiro do desenvolvimento da humanidade e o primeiro passo é a pacificação interior.

Pensamentos, sentimentos e ações fundamentam a tarefa que parece simples, mas nada tem de fácil. Recorrer ao estudo de nós mesmos e das leis que nos governam é a estratégia mais acertada e eficaz. A procura por um bom livro é sempre o primeiro passo. Quando através de sua leitura surgem questionamentos que podemos observar na prática diária, a leitura se estende para um diálogo interno constante, e absolutamente enriquecedor. Em seu livro “Três Caminhos Para a Paz Interior”, Carlos escreve:

“É necessária toda uma caminhada de autotransformação para que possamos obter uma paz interior, completa e equilibrada, que seja feita de felicidade e que possa iluminar todos os aspectos da nossa vida.” [1]

A determinação de reduzir as preocupações e cumprir nossos deveres auxilia a higiene mental necessária para manter o foco. Esta batalha constante estimula e desperta o guerreiro que somos. Em nossa mente oscilamos entre ignorância e sabedoria. Carlos escreve:

“Se não houver paz nem dentro nem fora do cidadão, ele deve renunciar generosamente aos conflitos internos e externos a que está habituado, deixando de realimentar problemas e de se apegar àquilo que o torna infeliz. Toda paz é uma questão fundamentalmente interior.” [2]

Identificar nossas forças e pontos frágeis facilita o exercício de nossas habilidades e torna mais fácil ver e evitar erros que antes não enxergávamos. O autoconhecimento é uma viagem estimulante.

“Todos somos parte de algo maior, e podemos dizer que a mente humana, na verdade, é o instrumento pelo qual o próprio universo olha para si mesmo e pensa sua existência.” [3]

Compreender a impermanência da vida física nos leva a um melhor uso do tempo e a uma adequação dos hábitos. A gradual aproximação do silêncio externo prepara o encontro com o silêncio interno. No caminho da renúncia entendemos que “Obter e renunciar são duas polaridades inseparáveis, presentes em todos os momentos da vida. Nunca é possível obter algo se não houver uma renúncia correspondente.” [4]

Usamos os três caminhos de forma simultânea em nosso dia a dia. Ora combatemos, ora nos conhecemos melhor, e outras vezes abrimos mão de padrões que já não se harmonizam conosco. Em todas as situações, agir conscientemente faz toda diferença e gera um sentimento libertador.

Um bom livro favorece e fortalece o crescimento interno. “Três Caminhos” é um desses que sempre queremos por perto para reler um parágrafo, uma página ou um capítulo.

(Arnalene Passos do Carmo)

NOTAS:

[1] Livro “Três Caminhos Para a Paz Interior”, Carlos Cardoso Aveline, Ed. Teosófica, Brasília, 2002, 191 pp., p. 11.

[2] Idem, p. 76.

[3] Idem, p. 105.

[4] Idem, p. 130.

000

Durante a luta contra a pandemia Coronavírus-19, é necessário reforçar a disciplina diária e a vontade espiritual. Em função disso os websites associados publicaram recentemente o artigo [Jatru Trataka, o Exercício](#).

Veja também a seção temática [Autodisciplina e Concentração: Para Fortalecer a Vontade Espiritual](#).

000

