

Introdução ao Auto Desenvolvimento

Yago Roith

Visite - <http://www.altoconhecimento.com>

Versão provisória - v 0.1

Conteúdo

1. Uma breve introdução	4
2. Realidade vs Verdade	6
3. O poder da responsabilidade.....	9
O poder gera a responsabilidade.	9
A responsabilidade é sempre sua.....	10
4. A lei da mutabilidade.....	11
A estratégia da mudança	12
5. A lei da Causalidade.....	14
O estudo dos efeitos.....	15
O estudo das causas.....	16
6. Os 4 Mundos	18
A Verdade interior	20
O Mundo Espiritual	20
O Mundo Mental.....	22
O Mundo Emocional.....	23
O Mundo Físico	24
O Mundo Externo, ou a Realidade exterior	25
7. Somos Todos Um.....	28
8. Desenvolvimento.....	30
Equilíbrio e Vazio	31

1. Uma breve introdução

Existem apenas duas fagulhas que levam uma pessoa ao caminho da busca da espiritualidade.

A primeira é a necessidade da compreensão da vida e seus propósitos. Quando esta faísca surge, é impossível não se ater a busca de uma resposta satisfatória. Quanto mais se questiona, mais dúvidas surgem, e então é iniciado a primeira característica chave: a ideia de que fazemos parte de algo maior do que nós.

A segunda fagulha surge da tentativa de encontrar o caminho até o nosso propósito. Mesmo que você tenha um objetivo material, como ficar rico, a constante busca por uma trilha correta que nos leve de A até B sempre estará presente. Aquele que não busca aprimorar seus passos, nunca chegará em seu destino. Aqui é iniciada outra característica chave: a busca pela compreensão perfeccionista.

O termo Auto Desenvolvimento não surgiu a toa. O Auto Conhecimento traz apenas o passo inicial para o espiritualizado. Não basta apenas se conhecer, se você não busca mudar ou progredir. Já a Auto Ajuda costuma trazer ferramentas para nosso desenvolvimento, mas não o faz de forma cíclica. Quem aprende uma lição através da Auto Ajuda acaba estagnando em seu novo estado, pois o conforto da melhora nos torna arrogantes. Aqui, nosso objetivo e visão serão outros.

O estudante deve buscar ser uma nova pessoa a cada dia. Devemos entrar em uma constante revolução, buscando sempre mudanças que nos levem

de nosso estado atual até um estado superior. Isto só é possível através da busca pelo conhecimento, pela compreensão do que há interno e externo a nós, e pela constante experimentação.

A palavra “Auto” define a individualidade no caminho escolhido pelo estudante. É dever do iniciado reconhecer suas próprias características, assim como suas necessidades de mudança. Já o termo “Desenvolvimento” define a busca pela mudança do nosso ser atual até o estado desejado. Não existem características superiores, mas sim uma sutil equalização que nos permita alcançar o equilíbrio.

O estudo do Auto Desenvolvimento é amplo. Nosso objetivo aqui é apenas guiar e auxiliar com conceitos e ferramentas para que o aspirante encontre seu próprio caminho. Neste primeiro guia introdutório, iremos passar os conhecimentos e ideologias que formarão a base do seu desenvolvimento. Não ignore esta primeira etapa. É o arroz com feijão que estarão presentes dia-a-dia na sua jornada.

2. Realidade vs Verdade

"A realidade é meramente uma ilusão, ainda que muito persistente".

-Albert Einstein.

Um dos maiores problemas que encontramos para mudar nossas vidas é a sensação de que não podemos mudar a nossa realidade.

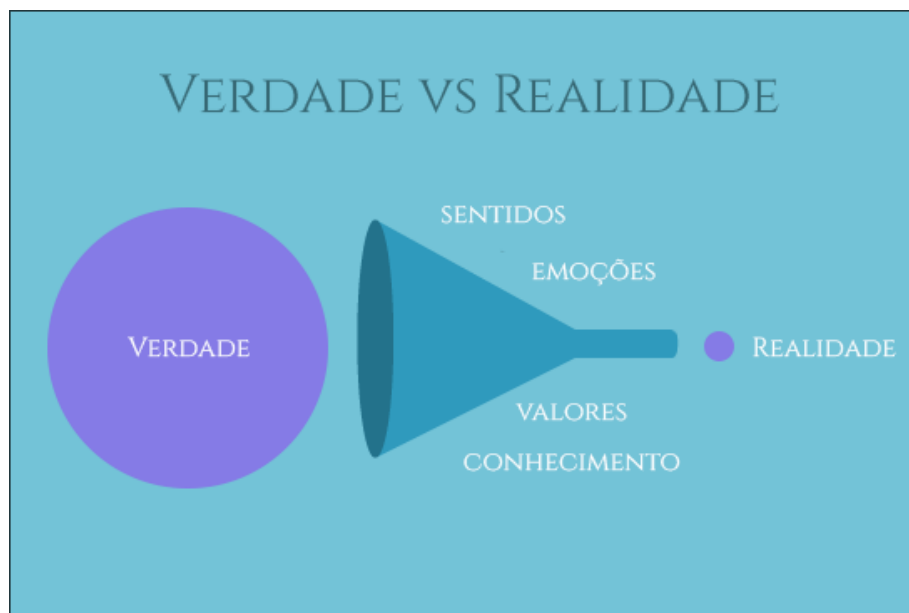
Nascemos com algumas características próprias. Para alguns a culpa é dos genes, enquanto para outros é das estrelas. Se estamos passando por uma época desagradável e temos problemas, então temos a percepção de que não podemos mudar as coisas, apenas aceitá-las. Fomos induzidos a crer que não temos poder sobre nada. É impossível para nós mudar o que já existe. Embora nos filmes e quadrinhos os heróis tenham super poderes capazes de transformar o mundo, somos apenas humanos em um mundo sem graça.

Mas quem disse que precisamos mudar o imutável?

Podemos separar a estrutura da existência em duas camadas: a Verdade e a Realidade. Na primeira, as coisas apenas são o que são, independente de um ponto de vista. No mundo da Verdade, dois são dois e oxigênio é oxigênio. A Verdade é infinita, pois independe da nossa consciência e pode se expandir para diversas dimensões imperceptíveis para nós.

Uma pedra será sempre uma pedra no mundo da Verdade, mas suas características são tantas que pessoas diferentes poderiam interpretá-la de formas diferentes. Nossa mente possui uma capacidade de compreensão

limitada, assim como nossos sentidos são apenas 5. Esta representação individual do que existe é considerado a Realidade. Embora o nascer do Sol seja imutável pelas nossas mãos, a representação deste evento é única para cada um. A Realidade é um filtro do infinito para o finito, de acordo com nossas concepções atuais.



A primeira ferramenta que colocamos em suas mãos é a capacidade de moldar esta Realidade. Não apenas isto, é importante entender a responsabilidade que este imenso poder lhe traz. Se sua realidade é infeliz, a culpa é totalmente sua. O mundo externo não passa de um reflexo daquilo que temos dentro de nós.

Culpar os outros está fora de cogitação no caminho do Auto Desenvolvimento. Mesmo estando em uma condição desfavorável, como a falta de recursos financeiros, aprender a lidar com isto é a chave para mudar a sua realidade. Reclamar e odiar seu estado atual não irá lhe ajudar

em nada. É a partir da consciência de que somos responsáveis por aquilo que temos que geramos o poder para a mudança.

Pode parecer um ensinamento cruel, pois uma pessoa que vive em estado de miséria na Africa tambem seria responsável pela sua própria Realidade, mas felizmente não é o caso. Estas pessoas não tiveram a oportunidade de obter este tipo de conhecimento que você está tendo. A responsabilidade pela situação destas pessoas tambem é nossa! A crueldade do mundo que observamos faz parte da nossa Realidade. É nosso o dever de mudar a Realidade para criar um mundo melhor. Reflita intensamente sobre isto.

Poder chave adquirido: controle.

Links externos

<http://papodehomem.com.br/profecias-autorrealizadas/>

3. O poder da responsabilidade

“Não só somos responsáveis pelo que fazemos, mas também pelo que não fazemos”

-Jean Molière

Seria fácil creditar a culpa dos miseráveis aos próprios miseráveis.

O sistema capitalista gera um ambiente de disputas, onde a culpa da pobreza, para muitos, acaba sendo do próprio pobre. Muitas religiões e crenças culpabilizam as próprias vítimas. Para eles, mulheres são abusadas simplesmente por andarem com roupas curtas. Acreditar nisto seria como seguir os conceitos anteriormente proferidos ao pé da letra: “Cada um tem responsabilidade sobre a sua própria realidade”, mas sem sequer refletir sobre o assunto.

O erro deste entendimento surge da falta de compreensão do termo responsabilidade. Existem dois pontos principais a serem estudados.

O poder gera a responsabilidade.

Entre ricos e pobres, os primeiros são os que possuem mais poder para lidar com a pobreza. Sendo assim, é responsabilidade deles que as condições econômicas sejam melhores para os desfavorecidos. Já entre aproveitadores e prejudicados, são os primeiros que possuem mais poder para agir. Se um homem possui mais força física que uma mulher, é sua a responsabilidade de não utilizar este poder de forma incorreta. Um mundo correto deve colocar poder e responsabilidades em equilíbrio.

Ao estudar o Auto Desenvolvimento, você está recebendo um poder que muitos não possuem. Logo, também começa a ser de sua responsabilidade todos os problemas que você enxergar em sua Realidade, sejam eles seus ou dos outros.

A responsabilidade é sempre sua.

Responsabilidade significa não cerrar seus olhos para a Realidade. Ao sujar a louça, uma pessoa responsável sabe que é seu dever limpar aquilo. Ela não precisa que alguém lhe peça. Seria errado delegar a solução de problemas aos outros quando é você quem está incomodado.

Indiferente do seu poder, o que é percebido na sua Realidade reflete o seu interior. Você é responsável.

Poder chave adquirido: responsabilidade.

4. A lei da mutabilidade

“O maior erro que você pode cometer, é o de ficar o tempo todo com medo de cometer algum.”

-Elbert Hubbard

Agora que você já reconheceu a possibilidade da mudança em sua vida, é necessário compreender a metodologia.

Cada jogo possui a sua devida estratégia. Tentar aprender todas seria pura insanidade, e o mesmo ocorre para encontrar o caminho da a mudança necessária em sua vida. Ainda assim, é possível encontrar os padrões e as bases que sustentam todas as vitórias.

O primeiro padrão estratégico é a lei da mutabilidade. Em qualquer jogo, é necessário ser flexível e não se manter firme demais em suas convicções. Tudo muda constantemente, e mesmo que um rio permaneça sendo um rio, as suas águas serão diferentes a cada instante. Quando nos fechamos para a mudança, nos fechamos para a evolução. É preciso aceitar a mudança e segurar as suas rédeas, ou então nos tornamos apenas vítimas do nosso destino.

O maior inimigo da mudança é nosso medo de errar. Tememos sair, de uma situação confortável e certa, para um estado inferior. Em um combate, esta é exemplificação exatada de uma derrota. Um lutador, ao acertar um golpe, não deve nunca repetí-lo na mesma batalha. Assim como nós nos adaptamos ao meio ambiente, ele também se adapta às nossas ações.

No Auto Desenvolvimento, a estratégia básica é dar um novo passo a cada dia. Devemos almejar ser hoje uma pessoa diferente daquela do dia anterior. Devemos agir como em um experimento científico, testando diversas possibilidades e observando os resultados destas mudanças. Errar se torna algo natural, mas através de um direcionamento planejado, percebemos que será muito mais fácil acertar e nos mantermos a um passo mais próximo de nossas metas.



A estratégia da mudança

Embora apoiemos a mudança, é necessário refletir sobre as melhores formas e momentos em que ela possa acontecer.

Você sabe: "Em time que está ganhando não se mexe". Mantenha as suas características que parecem estar corretas. Por exemplo, se seu objetivo é alcançar o controle emocional, então mantenha a sua temperança. Você

deve seguir o que parece correto e ir atrás daquilo que não está alinhado com suas metas.

Tampouco deve mudar pelos outros. Alterar suas qualidades, apenas para agradar alguém, irá criar um grande conflito interno. Não podemos deixar de ser quem somos, a não ser que tenhamos uma vontade própria para tal. Você deve agir baseado em suas necessidades internas, e não em pressupostos do que o mundo externo lhe exige. Não confunda “mudar” com “criar máscaras”.

A sabedoria da lei da mutabilidade provém principalmente da compreensão da lei da causalidade. Você deve trabalhar em cima das causas corretas, ou então nunca terá os efeitos desejados.

Poder chave adquirido: Mudança.

5. A lei da Causalidade

“Homens fracos acreditam na sorte. Homens fortes acreditam em causa e efeito”.

-Ralph Waldo Emerson

Um jovem estudioso tinha uma simpatia para ir bem nas provas. Todos os dias, após os estudos, ele acendia uma vela e dava dois saltinhos. Em um dado dia, ele não teve tempo para estudar. Ainda assim, sabia que tudo daria certo através de seu ritual da sorte. Mas era óbvio, ele foi muito mal.

Acreditar no controle da Realidade significa tirar a responsabilidade de eventos aleatórios, como a sorte, e tomar as rédeas do próprio destino. É o estudo das Causas e Efeitos que nos permite algum direcionamento neste sentido. Viver sem algum designio seria como embaralhar um conjunto de 52 cartas e esperar que alguma hora elas saiam todas ordenadas. Não existe o acaso.

Causa e Efeito significa que, sempre que houver um evento A, ele resultará em um evento B. Se você colocar as suas mãos debaixo de uma torneira aberta, ela ficará molhada. Por outro lado, B não necessariamente resultará de A. Sua mão pode se molhar com algo além da torneira! Uma causa terá sempre os mesmos efeitos, mas os efeitos nem sempre virão das mesmas causas.

Resumindo: Se A (causa), então B (efeito). A -> B.

A partir desta premissa, podemos dividir o estudo da Causalidade em duas distintas ordens.

O estudo dos efeitos.

Ou experimento causal, é o ato de verificar os efeitos que surgem das nossas ações. Através do poder da mudança, podemos sintonizar o nosso ser e verificar como as coisas se alteram.

A partir de meu Eu atual, minha Realidade existe. Caso eu queira algum outro resultado, devo estudar e mudar algumas características próprias. O que gera melhores resultados em um teste? Estudar mais ou menos? Ler, escrever ou ouvir? Quais metodologias podem ter os melhores efeitos?

Acreditar em um mundo causal significa parar de reclamar da vida. Quando reclamamos, delegamos as causas para fora de nosso controle. Ao invés disso, seria muito mais útil refletir sobre o assunto e começar a testar algumas mudanças. É hora de parar de observar o que você está recebendo da sua Realidade. Mapeie seus problemas, suas qualidades, pontos fortes e fracos. Escreva em um papel todos estes efeitos que você obtém. O primeiro passo para o Auto Conhecimento é perceber o que acontece no mundo externo dos efeitos.

É necessário certa humildade para perceber seu mundo de forma sincera. A maioria das pessoas não percebem que são negativas. É impossível pensar em mudar as causas da negatividade, se você não percebe sequer que ela existe. Da mesma forma, pensamentos negativos também geram outros

efeitos, iniciando um problema em cadeia. Perceba a sua Realidade antes de pensar em como agir.

O estudo das causas.

Problemas constantes significam uma causa constante.

Estudar as causas depende totalmente da percepção clara dos efeitos, e além disso, estudar passo-a-passo toda a cadeia causal. Você não pode mudar sua Realidade se não encontrar a causa raiz. Aqui, é importante expandir a sua visão e ignorar toda a doutrinação simplista que recebemos.

Apenas estudar não fará com que você passe em um vestibular. Trabalhar não o fará ficar rico. Ser gentil não conquistará a pessoa amada.

Somos educados como animais. Aperte o botão azul e ganhe comida. Aperte o botão vermelho e ganhe água. Infelizmente a Verdade não funciona desta forma. Para chegar de A até B, muitos questionamentos precisam ser levantados. Você terá que pressionar uma grande quantidade de botões, fazer experimentos e principalmente estudar e refletir sobre as leis da causalidade.

A causalidade não é o poder em si. O que ganhamos é a curiosidade e o questionamento para buscar os elementos desta grande charada. Ao nos perguntarmos o por que e como, começamos a ir além daquilo que enxergamos. Grande parte do que acontece conosco surge de outros níveis. Um problema físico pode ter uma causa emocional, assim como o que

acontece em nosso mundo externo é mero reflexo de nosso interior. A Realidade em si é apenas um efeito.

Poder chave adquirido: Questionamento causal.

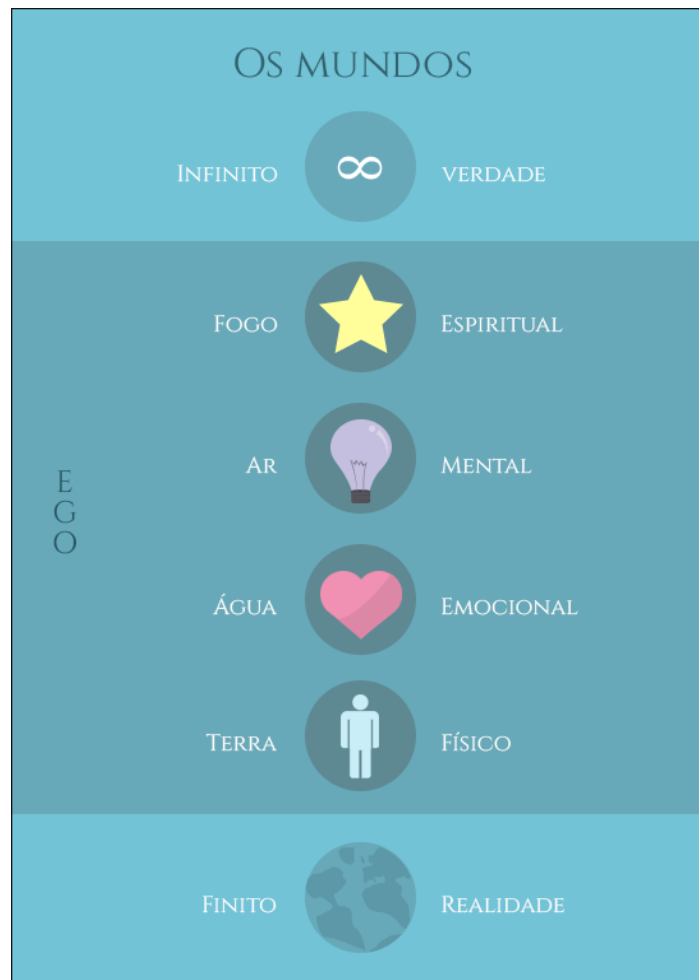
6. Os 4 Mundos

“O que está em cima é como aquilo que está embaixo. E o que está embaixo é como aquilo que está em cima”

-Hermes Trismegisto

O entendimento do Eu é de uma complexidade assustadora. Podemos ter uma infinidade de características, sentimentos e impulsos. Eles podem ainda ser pré-existentes ou adquiridos. Tamanha quantidade de informação só atrapalha no estudo do Auto Conhecimento, pois assim, seria impossível compreender as relações entre todos os elementos.

Para facilitar, podemos simplificar nossa existência através de 4 diferentes Corpos, cercados por um mundo Interno e Externo.



Nosso paradigma material nos enclausura dentro das camadas mais externas do ser. Aquilo que vemos como sendo externo a nós possui pouca ligação com o nosso interno. Toque, desejo, pensamento e personalidades também são vistos apenas como criações de um mundo físico. Só existe matéria e pensamento. Corpo e cérebro.

Esta compreensão é verdadeira, mas não é tão útil para nós, estudantes do Auto Desenvolvimento. Precisamos ir além, ou então questões como a busca pela felicidade se ateriam ao estudo de dois neurotransmissores: serotonina e endorfina. Ponto.

Compreender este esquema de Realidade é importante, pois ele aplica responsabilidades e funções diferentes para cada área nossa. Fica fácil entender que seus problemas emocionais partem para fatores que vão além das próprias emoções. Suas crenças influenciam a sua estrutura emocional, enquanto que o mundo externo fornece uma Realidade que estimule esta estrutura.

Teremos aqui uma breve introdução ao assunto. A compreensão de cada Mundo é um assunto extenso, cada qual com seu próprio guia de estudo. O importante agora é tentar catalogar, sozinho, as suas características e refletir sobre o assunto em torno de cada Elemento.

A Verdade interior

Dentro de nós está a Verdade. Em nossa essência, temos todas as coisas e somos Um com o Universo. Partimos todos de uma mesma fonte, mas não podemos percebê-la. Diferente dos nossos sentidos, que foram criados para perceber uma singularidade existencial, a Verdade é imperceptível, pois sentir todas as coisas significa não sentir nada.

É da ruptura da Verdade e da criação de uma Realidade que nosso Ego cria forma. Somos apenas um ponto que filtra as infinitas características em uma existência individualizada de um todo.

Podemos representar este Mundo através do vazio.

O Mundo Espiritual

A Alma é como a nossa essência já individualizada, formalmente caracterizada como um Ego.

O Corpo Espiritual contém nossas características e crenças, sendo elas as principais causadoras de todos os efeitos em nossa Realidade. É deste Corpo que partem aquilo que te move e que inspira as suas ações. É a sua afinidade com um determinado assunto que irá impulsionar seus pensamentos e emoções. A mente por si só é curiosa de uma forma neutra - o espírito que fará com que você prefira um assunto sobre o outro.

Por representar a essência e a determinação pessoal, este Mundo é relacionado ao elemento Fogo. Uma pessoa com este elemento pouco desenvolvido pode apresentar pouca convicção, e portanto também irá ter dificuldades em agir. É como aquela chama fraca que custa a acender, e quando finalmente brilha, acaba se extinguindo.

Uma pessoa com forte característica de fogo costuma se apresentar determinada, mas não teimosa. O fogo não se mantém onde não há o que queimar. Ele se espalha e segue de acordo com as possibilidades. Em termos exagerados, o fogo acaba se espalhando e sai de nosso controle, assim como uma pessoa que não consegue controlar sua impulsividade. Ela nunca termina o que começa, pois sempre se encontra envolvida com algo novo.

Cada Corpo que possuímos também está fortemente relacionado a um Elemento. É importante praticar a reflexão desta questão, pois podemos tirar importantes respostas através destas metáforas.

O Mundo Mental

Nossa mente é responsável por processar e armazenar as informações que obtemos na vida. É como um computador com grande potência, mas com dependência de um usuário (O Corpo Espiritual) para tomar algumas decisões. Você pode ter centenas de arquivos gravados, mas é o usuário quem decide em qual pasta a informação ficará - se em uma de fácil acesso ou não.

Podemos dizer que existem duas linguas da existência. Uma delas lida com elementos incompreensíveis e retrata o que existe na Verdade, sendo falada por nosso Espírito. Já a outra é mais inteligível, retratando a Realidade e sendo diretamente interpretada por nossa Mente.

Se existir algum problema que necessite de planejamento ou estratégia, é o Corpo Mental quem deve ser trabalhado. Aqueles que não conseguem calcular bem as consequências de seus atos possuem pouco do Elemento Ar. Geralmente são pessoas atrapalhadas, que sempre entram em situações obviamente problemáticas.

O Ar é sutil e leve. Assim como os pensamentos, ele passa por nós de forma constante e as vezes incontrolável. Algumas vezes podemos parar ou criar um fluxo, mas na maioria das vezes o Ar apenas flui além do nosso controle.

Quando um vento se torna muito forte, ele foje de nosso controle e pode ser prejudicial. Ter este Elemento muito elevado pode tornar a pessoa racional e fria, fazendo com que ela viva como se estivesse simplesmente passando correndo por ela.

O Corpo Mental representa também nossa capacidade de aprendizado, adaptação e mudança. Este Corpo sozinho representa a penas a Inteligência, mas quando ligado ao Corpo Espiritual, se torna Sabedoria. Toda a compreensão que temos, inclusive sobre todo este estudo, é pertencente à nossa Mente.

O Mundo Emocional

Emoções e desejos são inconstantes e mutáveis. O controle dos sentimentos é uma tarefa difícil por um simples motivo: não podemos controlá-los diretamente pelo Mundo Emocional.

Este nível é apenas como um painel status de nosso sistema. Ele reflete as informações geradas por outros Corpos e os exibe em forma de emoções. Se você vivencia algo de acordo com seu Espírito, seu painel irá exibir felicidade. Se sua razão calcular que algo é perigoso, seu painel irá exibir medo.

Assim como a Água, nossas emoções são naturalmente neutras. A água não possui gosto, cheiro, forma ou vontade. Embora um rio flua como se fosse por vontade própria, na verdade as águas seguem apenas um leito formado pelo solo. A sua temperatura irá variar de acordo com o seu ambiente, assim como o seu gosto e cheiro. Embora pareça caótica, ela apenas reflete e obedece as condições ao seu redor.

Embora seus sonhos estejam ligados à essência do seu ser, existe uma sutil diferença que faz com que eles pertençam ao Elemento Água. O Fogo representa a vontade de agir, mas os sonhos são justamente uma

visualização platônica de um desejo. Sonhos alcançados deixam de ser sonhos.

Pessoas sem características de Água costumam ser mais secas. Elas se tornam não sonhadoras, apáticas e frias. Já uma água torrencial faz com que a pessoa apenas siga o leito criado pela Terra, se tornando uma vítima de suas emoções.

O Mundo Físico

Espírito, Mente e Emoções possuem pouca ligação com o mundo material. Você não vê números na natureza. Seu cérebro faz a contagem e transforma a informação. Você não vê o amor. Suas emoções que interpretam uma demonstração de carinho.

Todas as coisas que são tangenciáveis através do mundo material podem ser consideradas do Mundo Físico. Para nós, o Corpo Físico abrange não apenas nossas características físicas, mas também tudo o que está ligado a nossa vida terrena. Abrigo, sobrevivência, dinheiro, poder, segurança.

Se o Corpo Espiritual faz a barreira com a Verdade interior, é o Corpo Físico quem faz barreira com a Realidade exterior. É ele o principal responsável por absorver os estímulos externos através dos sentidos, além de ter capacidade de alterar o mundo material.

O Elemento Terra é o único realmente sólido, e assim, representa a segurança, conforto, apego, rigidez e teimosia.

Ter pouca solidez significa ter menos preocupações com o mundo material, mas de uma forma negativa. Significa não ter conforto e sofrer por falta de bens, beleza e conforto. Aqueles que forçam a sua solidez além do necessário acabam se prendendo a uma zona de conforto, se tornando teimosas e temendo as mudanças em suas vidas. Possuir equilíbrio no Elemento Terra significa ter os pés no chão, ser desapegado, disciplinado e prático.

O Mundo Externo, ou a Realidade exterior

Tudo o que não faz parte do nosso ser é considerado como sendo externo.

Até agora, vimos uma sequência de mundos intercalados. Podemos dizer que a causa primária se encontra na Verdade e vai produzindo uma cadeia causal até o nosso mundo Externo. Porém, da mesma forma, recebemos influência da Realidade, que gera uma nova cadeia causal do Físico até o Espiritual. A Verdade nunca se altera, porém a nossa Realidade sim, de acordo com este ciclo de interações entre Mundos.

Ainda que pareça uma sequência linear, o correto seria imaginar tudo como uma cadenciação cíclica, graças a relação direta entre Verdade e Realidade.



Inicialmente nosso Ego é criado através de uma individualização de características da Verdade. Nosso Espírito, que contém a essência básica do Ego, cria os outros Corpos e como eles irão trabalhar. Sua mente irá preferir certos assuntos e funcionar de uma maneira única, graças a esta individualidade. Não fosse isso, todos os cérebros seriam iguais, já que a sua estrutura é a mesma e a quantidade de massa não interfere na inteligência pessoal.

Por sua vez, a Mente e Espírito formam o Corpo Emocional e toda a sua estruturação. Felicidade, tristeza, desejos e medos dependerão das suas crenças e conhecimentos prévios. Tendo seus elementos internos definidos, um Corpo Físico e uma Realidade são criadas para refletir os seus atributos. Suas glândulas hormonais, cérebro e outros elementos físicos irão sempre refletir o seu interior.

O mundo que vivemos possui aqui um papel muito importante. Ele é criado de acordo com o que necessitamos para nos desenvolvermos. Em nossa vida, sempre teremos problemas e desafios relacionados com nossas falhas de carácter e medos. Todos os estímulos que recebemos da Realidade acabam voltando por todos os Corpos, causando novas transformações. Este ciclo se mantém durante toda a existência terrena de uma pessoa e representa a grande lei causal que vivemos.

Caso queiramos uma Realidade melhor, devemos utilizar nossos recursos atuais para transformar nossos Corpos afim de obtermos novos Resultados.

7. Somos Todos Um

"Sou quem sou, porque somos todos nós!"

-Uma das descrições da palavra Ubuntu, existente em algumas línguas africanas.

Se as outras pessoas são um reflexo nosso, então apenas nós existimos?

Refletir sobre o que são os outros é de extrema importância, pois grande parte do nosso propósito surge da nossa capacidade de mudar a vida daqueles ao nosso redor.

As outras pessoas são Egos. São individualizações assim como nós, cada qual com a sua própria interpretação da Realidade. Todos vivemos, em essência, juntos dentro do que chamamos de Verdade. Somos como moléculas de água vivendo em um mar infinito.

Aqueles com quem convivemos são interpretações destas essências. Podemos receber um dia de chuva com felicidade ou com tristeza. Da mesma forma, as ações dos outros são absorvidas por pontos de vistas diferentes.

É impossível mudar uma pessoa, pois esta ação é apenas responsabilidade dela. Ainda assim, como também somos parte de Realidades alheias, podemos exercer a mudança em suas vidas através da nossa influência. Mesmo nesses casos, também não mudamos ninguém. Apenas indivíduos preparados para tal podem ser influenciados.

Ao lidar com os outros, é necessário muito cuidado. Tanto os seus defeitos quanto as suas qualidades são meros reflexos nossos. Toda a relação do Eu com o Não-Eu acaba demonstrando características próprias importantes. Acabamos procurando fora de nós o que deveríamos procurar dentro de nós.

Todas as ações que realizamos retornam em dobro. Machucar ao outro significa ferir você e mais um. Da mesma forma, ajudar alguém significa melhorar também a própria existência.

Não existe um modo correto de se viver. Querer aplicar aos outros as mesmas regras que você aplica para si é ignorar nosso direito à individualidade. Todos temos necessidades evolutivas diferentes, o que significa também ter experiências diferentes. Não há uma diferenciação hierárquica entre o desenvolvimento pessoal de dois indivíduos. São tantas as características que é quase impossível determinar os níveis evolutivos de cada um. Mesmo que o senhor Fulano lhe irrite por ser ruim em algo, lembre-se: ele também é melhor do que você em diversas outras coisas.

Embora não seja viável nos sentimos superiores, é importante buscarmos por uma convivência com aqueles que parecem estar a nossa frente. A maneira mais rápida de desenvolver nossos atributos é buscar por bons exemplos. A conquista da humildade é uma grande chave para o aprendizado.

Poder chave adquirido: Ubuntu

8. Desenvolvimento

Desenvolver-se significa alterar seu estado atual por um considerado relativamente melhor. O conceito do termo “melhor” é polêmico e tão complexo quanto a definição entre bem e mal. Devemos tomar cada caso como sendo único e analisar, para nós e para aqueles ao nosso redor, o que determina o ser melhor. Para um artista, por exemplo, seria mais interessante ser rebelde do que disciplinado. Tudo depende das suas metas e vocações.

Na maioria das vezes, a vida torna clara quais características você deve desenvolver. Nossos problemas e erros giram em torno de nossas deficiências. Uma pessoa que não goste de falar em público tomará como um problema todos os seminários que fizer. Já uma pessoa que ame discursar não verá problema algum. Toda situação que nos gera certo pânico também é uma oportunidade de crescimento e superação.

É impossível deixar de ter problemas, mas é possível diminuí-los drasticamente. O segredo é não fugir. Quanto mais rápido encaramos os desafios, menos eles se acumulam. Você pode ignorar uma dor inicial de uma cárie por ter medo de ir ao dentista, mas a causa irá permanecer. Logo, a dor só irá aumentar e a cárie irá se espalhar por outros dentes. Mesmo que a dor seja remediada e tratada, é necessário buscar a causa real da doença. Se você não cuidar da sua higiene bucal, o problema voltará a surgir.

Existem dois caminhos para a evolução. O primeiro lida com o sofrimento, pois o aprendizado acontece através do egoísmo. Nele só é possível

aprender com os próprios erros, pois o Eu é ignorante de seu estado e de sua relação com os demais. Já no segundo caminho, podemos aprender através do altruísmo, observando e vivendo o sofrimento dos outros. Toda experiência de vida é aproveitada ao máximo, pois existe a consciência de que tudo o que existe no Mundo Externo é uma oportunidade de crescimento interno.

Equilíbrio e Vazio

Na maioria das vezes, tomamos certas características como sendo boas e suas opostas respectivas como más. Ser organizado e sistemático é bom. Ser desorganizado e caótico não, e por aí vai. Entretanto, ao analisarmos profundamente a questão, iremos perceber que qualquer opção em quantidade exagerada será maléfica para nós. Aqueles que se tornaram sistemáticos em demasia acabam ficando insuportáveis, se irritando facilmente com qualquer sinal de desorganização. Já os muito caóticos costumam se atrasar, perder coisas, e não conseguem manter suas vidas dentro de limite algum.

Busque o equilíbrio. Mesmo o conhecimento em excesso pode ser prejudicial. Quando imaginamos estas características opostas, a colocamos nos extremos de uma linha reta. Seria mais correto imaginar que elas fazem parte de um ciclo. Ao extremo de um dos lados, damos de cara com o outro.

Quando pensamos nos Elementos que possuímos, podemos dizer o mesmo. Pouca Terra pode causar uma aparência desleixada, enquanto que muita Terra irá gerar vaidade beirando ao ridículo. Um Elemento fraco demais é tão ruim quanto um forte.

Além do equilíbrio encontra-se o conceito do Vazio. Buscar o Vazio significa anular uma parte do Ego. É criar o equilíbrio de forma natural e indiferente, sem as hesitações provenientes de toda a mentalização gerada pela busca do Desenvolvimento. No Vazio, retomamos a perfeição de uma criança.

A partir deste ponto você já possui as bases para trilhar o seu caminho. Aprofunde os assuntos estudados, pois os próximos passos irão depender fortemente destes conhecimentos.

Caso haja dúvidas, sinta-se a vontade para entrar em contato. Obrigado pela leitura e até o próximo guia!