

'Iluminação – A História da Alma'

'Om shanti' – uma palavra usada, comumente, por nós, para saudar e encontrarmos-nos na consciência de alma. Dentro da tradição BK, a prática do silêncio é muito importante. Assim como é necessário falar, é o silêncio que dá poder à nossa fala. No silêncio, você entra em contato com o seu eu verdadeiro. Quando há o entendimento apropriado e prática, é natural entrar no silêncio. O silêncio nos prepara para muitas coisas. Silêncio traz poder. Em silêncio, você encontra muitas respostas.

No mundo, há muitos que dão conselhos. Até mesmo se você estiver doente, cada um oferecerá um remédio diferente. A quem eu deveria ouvir? Você precisa escutar a si próprio, em silêncio. Dadi Janki diz: Primeiro, seja seu próprio médico. Uma vez, nós perguntamos a ela quem a havia aconselhado a não comer algo e ela disse, "Eu mesma senti que isto não é bom para mim". Geralmente, nós somos tão inundados pelas opiniões dos outros. Portanto, nós precisamos ter a prática de alguns momentos quando nós estamos escutando, em silêncio, ao eu e a Deus. Isto é diferente de uma oração. Às vezes, sua própria voz pode ficar obscurecida e você realmente precisa da orientação de Deus. Nós desenvolvemos esse programa 'Só um Minuto' ('Just a Minute') quando, periódica e freqüentemente, nós praticamos o silêncio e escutar. Cada um de nós tem uma longa apresentação, começando com nome, nacionalidade, religião, etc. Mas isso realmente sou eu? Eu posso ter recebido um rótulo de nome logo depois de ter nascido, mas eu o terei quando eu for embora? De qualquer modo, nós deveríamos nos sentir honrados e privilegiados com relação à comunidade ou cultura à qual eu pertencço. Mas, para a jornada espiritual, eu preciso ir além de tudo aquilo. É por isto que o Gita fala sobre a verdadeira identidade da alma.

O nosso pensamento é direcionado pela consciência. Quando eu me torno consciente do meu eu verdadeiro, meu pensamento muda. Uma pergunta feita freqüentemente nos dias de hoje é: eu deveria ficar com raiva ou resolver algo pacificamente? Alguém disse, recentemente, "Boas pessoas não têm escolha"- elas têm de fazer o bem. Se eu quero paz no mundo ou na minha família, eu tenho a escolha de ser pacífico ou não pacífico. Assim como no ditado 'sach to bitho nach' (aquele que fala a verdade mantém-se dançando na felicidade), aquele que é verdadeiro e honesto não tem a escolha de fazer afirmações falsas e, portanto, está sempre feliz. Eu ouvi, recentemente, que a cidade de Nova York é um dos lugares mais seguros. Devido às pessoas estarem perceptivas a diferentes variedades de pessoas, eles podem respeitar e tolerar as tradições de todos. Nós precisamos de um clima global nos dias de hoje.

Qualquer que seja o gênero, a religião, o pano de fundo... você é uma alma primeiro. Quando nós dizemos, 'fulano e beltrano' se foi, mesmo quando o corpo está por perto, então de quem nós estamos falando? Quem se foi? É a alma que entra e deixa o corpo. Nós deveríamos, portanto, dizer para a alma, 'onde quer que você esteja, meus bons votos estão com você'. Mas se você estiver se sentindo triste, a alma não poderá receber seus bons votos. Quando você está consciente de si próprio como alma, você experimenta paz e amor. Amor é algo que dá vida, até mesmo às plantas. A melhor coisa que você pode fazer na vida é compartilhar amor. Onde há amor, você automaticamente acolhe e também compartilha. Também haverá paz, naturalmente. Ser amoroso também torna você pacífico. O amor é, portanto, um sentimento, ou virtude, muito importante.

Lembre-se 'Eu sou amado por DEUS' e, então, você poderá amar todos. Assim como é o amor de Deus por todos, eu também tenho de compartilhar isso. Alguns perguntam como as Brahma Kumaris são capazes de ser tão amorosas. É porque nós recebemos que nós somos capazes de doar. Portanto, na meditação, pense no criador a abra-se. Quando as emoções são feridas, então os limites vêm. O amor também é importante para o aprendizado, conduzir nossas vidas e guiar outros apropriadamente. A quem nós culpamos por qualquer coisa? O indivíduo ou a sociedade? Ambos. Se cada um sempre tiver vibrações de amor, nossa sociedade será diferente. Todos nós temos a responsabilidade da nossa família próxima etc, mas não negue seu amor a ninguém. É simples e sem custo. Se ele não flui, é porque eu não estou recebendo. Sempre lembrem-se de uma palavra – gratidão. 'Obrigado, Deus, por... tudo' Isto trará sentimentos de amor e o amor pode derreter até mesmo pedras. Paz é a outra qualidade da alma. Tantas situações vêm na vida. Mas eu posso permanecer pacífico? Permaneça calmo e você poderá lidar com aquilo. É fácil entrar em angústia rapidamente, mas você precisa lembrar-se de que você precisa permanecer em paz. Há muita insanidade, depressão e pensamento irracional no mundo. O que existe no mundo para os nossos jovens? Onde eles encontram valores e força? Portanto, eles acabam acumulando muita raiva, etc. Portanto, junto com minha jornada física, eu preciso, sempre, lembrar-me de que eu estou em uma jornada espiritual. Paz e amor são

minhas qualidades naturais. A mente é muito rápida. Mas ela também é bonita, inteligente. Será que eu consigo direcioná-la, controlá-la, criá-la e usá-la do modo que eu quero? Mente e intelecto são os presentes mais bonitos que nós temos. Se uma pessoa tem um bom coração e outra pessoa tem uma boa cabeça, quem vencerá? Uma vez alguém disse para mim, 'meu filho de 18 anos é inteligente como se tivesse 30 anos.' Eu disse 'não fique feliz demais por causa disso, porque, quando ele tiver 30, ele pode sentir como 50 – também é importante que o coração esteja aberto e ele tenha bons relacionamentos e possa comunicar-se bem, etc. 'Deveria haver um bom equilíbrio de ambos, cabeça e coração. Ajudar a geração nova deste modo, no momento atual, é muito importante.

Geralmente, é dito que Deus escreve o nosso destino. Quando a alma deixa o corpo, o que vai com ela? Os karmas. Se nós temos computadores tão avançados, será que Deus não teria Seu próprio computador? A alma é o gravador mais poderoso, o computador que carrega os karmas. Recentemente, eu vi um show em que eles retratavam como nós colocamos tanta inteligência nas máquinas que elas, um dia, se tornarão superinteligentes, e nos enganarão, nos guiando para a destruição. Use a tecnologia, mas preserve suas próprias habilidades. A tecnologia pode falhar com você, mas não sua própria memória.

Algo muito importante na vida é manter a trilha de nossa jornada espiritual. O que eu estou acumulando ao longo do caminho? Não que eu tenha que esperar que Deus me dê. Jornada espiritual significa duas coisas: 1. consciência ou smriti e 2. ação ou karma. Karma yoga significa fazer ações enquanto estando conectado com suas verdadeiras qualidades e com Deus. Nós temos dois tipos de sanskaras: 1. sanskaras inatos ou originais e 2. adquiridos. Se o processo for correto, eu não ponho a responsabilidade de tudo em meus sanskaras. Adquira seus sanskaras baseado nas qualidades originais da alma. Se houver harmonia interna, ela também se refletirá externamente. Se o diálogo interno é pacífico, o diálogo exterior também será pacífico. Briga sempre começa 'dentro' primeiro. A felicidade é como nutrição para a alma. Alguém me disse, há muito tempo 'A vida já é séria. Se você for sério, você está causando mais problema'. As coisas não vão bem porque nós não estamos leves e felizes. Quando você está feliz, você também torna outros felizes. Portanto, lembre-se 'eu sou uma alma e eu estou em uma jornada com meu corpo, família, recursos, etc. Tudo o que eu posso fazer é desempenhar boas ações. Boas ações não são ações grandes. Elas são pequenas. Mas você tem de estender-se para desempenhá-las. Nos dias de hoje, todos nós estamos trabalhando com esta meta de dar bênçãos e receber bênçãos. Se alguém não está recebendo bênçãos, ele pode fazer algo errado. Então, eu deveria pedir ou dar bênçãos à alma para que ela não faça algo errado. Aquele que está fazendo algo errado também é uma vítima do mal. Portanto, como eu o ajudo? Eu peço a Deus para que o perdoe e me deixe esquecer do que quer que ele já tenha feito de errado. Caminhe com a riqueza do amor e da paz. Doe e receba amor e paz. Todos precisam de amor, paz, leveza e felicidade. Os nossos ensinamentos são para os indivíduos usarem os princípios da consciência de alma em suas vidas.

Meditação é conectar sua mente com o eu verdadeiro. O que é realidade? O que é ilusão? Aquilo que é hoje terminará. É por isto que nós dizemos, 'Minha vida foi passando...' Mas, quando eu me volto para dentro, eu acumulo. Eu me torno feliz e contente. Nós entendemos o segredo de 'o que quer que tenha acontecido é bom, o que está acontecendo é melhor e o que acontecerá será o melhor. Na meditação, nós nos acalmamos, aumentamos nosso poder interior, nos conectamos com Deus e geramos uma nova energia.

Om Shanti.