

Em honra de Brett, que morreu em um acidente de carro.

Jed McKenna (2010). *Spiritual Warfare, USA, Wisefool Press.*

Tradução e edição livres de Moacir Amaral.

Pág. 299, em diante :

A maioria de vocês provavelmente sabe que cheguei ao estado de realização da verdade através de um processo de escrever que batizei de Autólise Espiritual. Falei disso no meu primeiro livro "*Enlightment, the Damndest Thing*". Qualquer um que chegue a esse estado, arranhou um meio de conseguir realizar isso. Alguém sabe como Brett conseguiu isso?

Tudo a ver com o pai dela. Embora tenha sido alguns anos após a morte dele. Ele era militar, um oficial do exército, por isso Brett viveu em muitos lugares, em muitos países. Seu pai era uma pessoa extremamente crítica, achava erro em tudo, nada estava bom para ele. Isso que Brett me contou dele. Mesmo depois que ele morreu, ele era uma presença constante na mente dela. Todos sabem o que é ter uma voz crítica falando na sua cabeça? Alguma pessoa, ou pensamento ou emoção que reside na sua cabeça e está sempre criticando?

Bem, estes são os demônios. Demônio é um jeito muito útil de descrever qualquer coisa na nossa cabeça que não queremos que esteja lá, e que parece ter vida própria. Alguma coisa que tem poder sobre nós, memórias, pessoas, vícios. Eles nos atormentam em uma variedade de jeitos, mas a principal coisa que os demônios fazem é nos paralisar, é impedir nosso progresso. Ela me falou como seu pai era uma presença poderosa em sua mente. Sempre a criticando e fazendo pouco caso dela; um verdadeiro câncer do espírito. Normalmente eu não tenho muita paciência com esses momentos confessionais. Se Brett fosse uma das minhas estudantes eu a teria encorajado a parar de chafurdar nas suas mazelas de infância; a deixar isso para trás e se mover adiante.

Isso pode parecer cruel, mas problemas dessa natureza não se resolvem ao ficarmos lidando com eles, e sim ao transcendermos eles. Estamos no negócio de matar os demônios, não de alimentá-los. Pode parecer um jeito de se esquivar de responsabilidades, mas o verdadeiro esquivar-se é lidar com os problemas. É o jeito de evitar a guerra real nos engajando em escaramuças sem importância e sem sentido. Quem não prefere lutar contra o vício de café ao invés de lutar contra seu conformismo.

Na medida que desenvolvemos um entendimento mais sutil e mais refinado do que um demônio é, identificando-os pelo que fazem e não pelo que parecem, começamos a perceber que demônios não são apenas os vícios e as vozes críticas. Não são apenas os apegos negativos que nos seguram e nos prendem na esfera do ego, são todos os apegos. Abordar a vida e a espiritualidade de forma que as coisas ruins como pecados e vícios diminuam e as coisas boas como amor e compaixão aumentem, nunca fizeram e nunca farão ninguém se mover um simples passo em direção ao despertar.

Por exemplo, se eu fosse viciado em jogo, então uma grande porção de minha energia – meu tempo, meus pensamentos, minhas emoções – seria gasta ou jogando, ou lutando contra meu desejo de jogar. Para o nosso propósito, alimentar o meu vício ou lutar contra ele é exatamente a mesma coisa. Se o meu demônio do jogar está me vencendo ou eu o estou vencendo não faz a menor diferença; o que importa é que estou sentado em minha prisão totalmente engajado em um processo que nunca vai me mover um centímetro mais próximo da liberação. Isso é o que os demônios fazem. Eles sempre lutam adiando a ação e consumindo nossos recursos e nos impedindo de fazer progresso e nos mover adiante. Aliás, este é o objetivo deles, nos ocupar e não nos derrotar.

Demônios nos mantêm fora de foco e distraídos. Coisa que a Autólise Espiritual é muito efetiva em cortar de uma vez. A necessidade de enfrentar demônios que nos atormentam aparece e reaparece à medida que progredimos em nossa escalada. Lute contra se tiver que lutar ou continue subindo se você pode. Ir adiante é tudo. Use o escrever para manter-se no foco preciso, e os demônios morrerão por falta de atenção.

Isso nos traz de volta para Brett. Essa presença de seu pai em sua mente era muito mais séria do que poderíamos imaginar. Eu nunca tinha ouvido nada igual antes de Brett ter me contado isso. Tudo isso acontecia quando Brett era somente uma pessoa absolutamente normal, antes de qualquer tipo de despertar, sem nenhum interesse em nada parecido com isso. A presença desse pai-demônio em sua mente era constante e altamente tóxica. Qualquer coisa que ela estivesse fazendo ou pensando, lá estava ele, em alto e bom tom, minando sua ação. Ela passou uma hora me contando como era isso para ela e não estava triste, nem soluçando nem com pena de si mesma; não, ela sorria com aquele ar de um guerreiro recontando histórias de batalhas ganhas e perdidas.

O que ela me disse aquilo começou a ser demais para ela. Ela não conseguia mais suportar a presença desse super-crítico cuzão em sua cabeça. A vida não tinha mais nenhum prazer. Nada do que ela fizesse era bom o bastante. Ela não conseguia apreciar nada. Ela chegou a procurar alívio no álcool e nas drogas.

Essa era sua vida desde que era criança. Vinte anos dessa voz negativa e irônica em sua cabeça. Ela chegou a pensar em se matar. Dá para ver como era ruim para ela, como era séria a situação. Ela sabia que não dava para escapar. Ela sabia que não podia lutar contra. Ela sabia que não importava o que fizesse na vida, essa voz em sua cabeça estaria sempre ali sugando a alegria e arruinando tudo; e depois que seu pai morreu não havia mais a possibilidade dela confrontá-lo em pessoa e fazer alguma mudança significativa no relacionamento deles, o que a deixava mais impotente ainda. Ela estava presa na armadilha, nenhuma possibilidade de cair fora. E vocês sabiam que ela tinha câncer?

Nenhuma grande surpresa, suponho, que uma malignidade da mente e do espírito finalmente se manifestará como uma malignidade do corpo. Isso aconteceu próximo aos seus trinta anos de idade, muito antes de nós a conhecermos. Naquele momento o diagnóstico era desanimador, e a fez pensar mais e mais nas questões mais profundas.

Ela me contou que o pior momento que atingiu foi terrível. Muito magra, cabeça doendo, insônia, sempre tensa, musculatura contraída, encurvada, dopada com remédios fortes, o tempo todo nauseada pela

quimioterapia. Ela vivia aqui nesta fazenda, mas não como uma fazendeira; nada de animais, de plantações, nem hortas nem pomares. E ainda continuava com aquela voz crítica na cabeça fazendo pouco caso de todos seus pensamentos, e o horrendo prognóstico dado pelos médicos.

Todos vocês a conheceram depois disso. Vocês viram. Ela parecia doente, fraca, cansada, tomada por algum mal? Ela deu um chute na bunda do câncer. E como vocês acham que aconteceu? Como vocês acham que Brett se curou do câncer? Químico? Medicina alternativa? Poder da prece? Pensamento positivo? Uma clínica mexicana? Visualização?

Seu médico respondeu: “Ela parou de lutar.”

Ela parou de lutar. Ela parou de resistir. Tudo que ela vinha lutando contra por muitos anos ela agora começou a permitir. Ela sabia que havia sido derrotada. Ela sabia que não tinha mais nada a perder. Ela não tinha encontrado o suporte que necessitava em nenhum lugar, nem na medicina nem na igreja, nem em coisa alguma. Assim, ela parou de lutar.

Eu sei que isso soa o contrário de tudo que se imagina. Soa como abandono, como covardia, mas quando ela parou de lutar ela parou de direcionar toda sua energia para o seu escudo. Este ato simples é a chave de tudo. É o ponto de transição de um estado de segregação para um estado de integração, de um estado infantil para um estado adulto, da Criança para o Adulto. Ego é obstrução, entrega é fluxo. Entrega é a base e o precursor do crescimento. É a sua essência. Não existe nenhum atalho nem uma rota alternativa. Você pode fingir que se entrega, e muitos o fazem, mas estão apenas enganando a si mesmos. Não existe crescimento possível dentro do confinamento do ego, apenas ilusão de crescimento. Antes da entrega existe o ego; o ignorante, insignificante e segregado eu. Uma vez que nos liberamos dessa insignificância nociva e artificial, nós nos alinhamos. Hah! Exatamente isso. Pode levar dias, meses, ou anos para os vários aspectos de nossa vida fazer os ajustamentos e os encaixes, mas o impacto inicial é tão poderoso e distinto como sair de um esgoto escuro e fétido para o ar puro e um sol brilhante. Antes disso somos apenas seres humanos, absorvidos em nós mesmos, centrados no próprio umbigo e na nossa estúpida vida de cachorro; mas depois da transição, depois que paramos de nos convencer da nossa falsa separação, nós somos da mesma dimensão e magnitude do oceano de Ser no qual mergulhamos. Virtualmente toda religião e espiritualidade é acerca de ser feliz e ignorante no esgoto, porque isso é o que a maioria quer; mas estamos falando de sair do esgoto. Se você está feliz no esgoto, então não é um esgoto para você. Se você não sente o fedor, está tudo bem para você. Mas quando você vem aqui, e encontra alguém como eu ou Brett presume-se que você vê que é um esgoto e que quer sair dele.

Estou apenas contando o que vejo e o que pode ser visto se você abre os olhos e vê. Se você discorda, abra os olhos e me conte que você vê outra coisa. Claro que você pode estar aqui como um turista, como um espectador não como um participante, sem um interesse verdadeiro, sem ver nada disso. Talvez isso aconteça com muita gente. Mas muitos de vocês podem sair daqui com uma saudável dúvida à respeito de si mesmo.

Estou partindo do princípio de que todos os ensinamentos religiosos e espirituais do mundo fracassaram completamente em facilitar o despertar; mesmo aqueles que dizem se dedicar exatamente a esse único

propósito. Principalmente esses. Vejo esse fracasso, vejo Maya a Ilusão, e entendo tudo com clareza. O poder intelectual e emocional da ignorância é totalmente visível para mim, e posso dizer que toda compaixão e meditação do mundo não irão arrancá-lo do esgoto. Nenhuma extensão de conhecimento e profundidade de compreensão se traduz em um mínimo degrau e progresso para sair do esgoto. Ninguém pode empurrá-lo, puxá-lo, nem acompanhá-lo. Todos os pensamentos, ideias, sentimentos, conceitos, e sistemas de conhecimento e crenças se resumem nesta única distinção inequívoca: esgoto ou luz do sol, fossa ou ar puro, ego ou entrega, obstrução ou fluxo, segregação ou integração, entrincheiramento ou progresso. Isto não tem a ver com espiritualidade ou iluminação, ou qualquer coisa elevada, grandiosa; isto tem a ver somente com viver sua vida honestamente ou desonestamente.

O medo transforma todo pensamento e impulso interior em reação exterior. Maya, a Ilusão, usa tudo para seu propósito. Isso é o que você deve confrontar. É uma luta de morte e existe um único jeito de vencer, e Brett encontrou. Ela parou de lutar. Ela se entregou. É o ego que luta, que resiste, que suga toda nossa energia. Brett deixou cair sua armadura e expôs o peito ao seu inimigo, e fazendo isso, destruiu-o. Maya não está fora de nós. Ela é apenas outro demônio interior. É o chefe. Dirigindo nosso poder contra ela, ou para ela é a mesma coisa, e quando paramos, nós paramos de dar poder a ela, e ela cessa de existir.

O que Brett fez foi, ao invés encontrar um meio de sair da vida, ela encontrou um meio de entrar. Como um mestre de aikido ela aproveitou essa energia do pai-demônio para sua própria vantagem. De qualquer forma, ela entendeu que estava acabada; entre o câncer que crescia e essa presença do pai envenenando sua existência, ela se deu conta que não tinha nada a perder. Quando você realiza isso, não apenas conceitualmente, mas completamente absorvido em toda sua atenção, então a coisa toda se abre. Os muros vêm abaixo e o universo se revela completamente.

Foi exatamente o que aconteceu com Brett. Tudo estava se desmoronando. Ela tinha câncer com uma perspectiva sombria, e esse pai idiota tagarelado na sua cabeça, acusando-a de tudo, culpando-a de estar doente. Ela buscou ajuda, fez de tudo, até os livros de religião e auto-ajuda, mas não importa o que fizesse, não importa o que experimentasse, que livro estudasse, que método ou ideologia praticasse, lá estava aquela voz em sua cabeça dizendo que era tudo sem sentido, que ela estava com medo de encarar os fatos, que ela era covarde, que ela estava sendo uma idiota, tonta, todo tipo de coisas negativas, sem parar, enquanto ia ficando mais e mais doente e seu tempo de vida encurtando. Então um dia, sua busca por respostas e sentido tendo fracassado, ela se deu conta de que essa voz em sua cabeça poderia não estar totalmente errada. Era uma voz cínica e abrasiva mas não necessariamente falsa.

Quanto mais sua doença a impulsionava para encontrar respostas, mais ela começava a concordar com aquela voz de seu pai. Todas as respostas que estava encontrando eram sem sentido. No que dizia respeito em encontrar meios de lidar com sua doença e sua mortalidade aquela voz cínica na sua cabeça estava falando coisas que não só ela não podia negar, como ela tinha que concordar. Eu gostaria que ela estivesse aqui para explicar isso a vocês como ela explicou a mim. Ao invés de trabalhar isto tudo com um recurso como a Autólise Espiritual, ela fez isso com esse hipersensitivo detector de merda interno que a estava azucrinando por anos. Ela estava operando sob o que ela acreditava ser uma sentença de morte iminente,

ela pensava estar em seus últimos meses de vida, e tinha a intenção de chegar até o fundo das coisas, de encontrar o sentido de tudo. Ela queria encontrar alguma coisa real, alguma coisa verdadeira.

Ela sabia que essa voz não era realmente seu pai; que ela não estava possuída por nenhum demônio. Senão que era de sua própria criação; alguma parte de si mesma que estava falando, alguma parte escondida, enterrada no inconsciente, querendo se expressar. Que era parte de sua própria decisão parar de lutar com ela e tentar encontrar um sentido nela. Ela me contou que durante esse período ela caminhou milhares de vezes em volta desse lago da sua fazenda, mais de vinte voltas por dia, e olha que são quase dois quilômetros por volta. Pude reconhecer aquele comportamento imediatamente. Aquela intensidade de energia, aquela braveza é comum no processo do despertar. E enquanto caminhava, volta após volta, ela ia discutindo com essa voz na sua cabeça. Brigavam em voz alta. Ela vocalizava os dois lados. Parecia louca. E essa é outra característica do processo de despertar, essa perda de preocupação com as conveniências e com a normalidade. Qualquer idéia de se ater às convenções desaparecem.

Horas e horas caminhando ao redor do lago, volta após volta, dia e noite, mês após mês. Começou com Brett gritando a seu pai, mas em certo momento eles se alinharam e começaram a trabalhar juntos, até que após um pouco mais de um ano desse caminhar febril, Brett absorveu como sua essa voz crítica e grossa, que aliás, sempre foi parte dela, naturalmente. Esse pai-demônio era aquela vozinha da razão em sua cabeça, gritando para ser ouvida, e ela colocou de lado toda sua resistência emocional e deixou-a falar.

Pense na situação dela por um momento. Ela nunca tinha tido nenhum desejo de realização espiritual, de nenhum jeito, em nenhum sentido. Ela nunca teve nenhum sistema de crenças, não estava seguindo nenhum caminho, nenhum guru, ela não estava tentando evoluir, queimar karma, ou ampliar sua consciência, nada parecido com isso. Ela estava apenas tentando lidar com sua merda honestamente, e isso era o que parecia mesmo, uma senhora muito doente dando voltas no lago, naquele diálogo mais louco, trabalhando para sair da merda. Não era apenas seu grito por liberdade, era seu processo de cura. Assim ela subjuguou essa voz-demônio em sua cabeça, erradicou o câncer completamente, e descobriu as respostas que ela buscou tão desesperadamente.

Agora, todos vocês estão sendo educados e ouvindo tudo, pensando que toda essa conversa de demônio na cabeça era uma coisa da Brett e não tem nada a ver com vocês. Mas estão errados. Isto tem tudo a ver com vocês. Todos temos nosso demônio pessoal dentro de nós e nossas vidas são completamente dedicadas a negar isso. Mas se queremos despertar temos que parar de nos esconder desse demônio que vive dentro de nós. E o grande demônio que temos que encarar é a morte.

Qual é a última coisa que eu quero dizer? O que é isso que resume tudo? Se eu tivesse que ensinar uma única coisa, qual seria essa coisa? Qual é a mais importante mensagem que eu poderia compartilhar se eu tivesse apenas uma única chance? Qual é o diamante no âmago de toda aspiração espiritual? Que tópico seria condizente não apenas com minha despedida, mas com a despedida de Brett? A resposta é imediata: Lembre-se que você vai morrer.