O PODER CURATIVO

DA

BENIGNIDADE

Volume Um

Liberando o Julgamento

A prática do Um Curso em Milagres

Kenneth Wapnick, Ph.D.

Foundation for A Course in Miracles
Prefácio

A idéia para esse livro originou-se de uma palestra que dei no nosso Centro anterior, em Roscoe, Nova Iorque. Ela aconteceu no final de um curso de cinco dias na Academia, em setembro de 1996, intitulado "Doença e Cura", e as circunstâncias envolvendo minha palestra vão ao cerne desse livro. Não me recordo de muitos detalhes da semana, mas realmente me lembro de que nossa equipe de professores – minha esposa Gloria, Rosemarie LoSasso, Jeffrey Seibert, e eu mesmo – estava atônita diante do paradoxo de estudantes, por um lado, passando a semana discutindo a cura em termos de perdão e desfazer a separação, e por outro, praticando fervorosamente o julgamento e a condenação uns dos outros – em oposição direta ao nosso ensinamento (e, esperamos, demonstração), e o tom gentil e benigno das palavras de Jesus no *Um Curso em Milagres*. Diante disso, decidi devotar a sessão final da Academia a uma palestra sobre a benignidade da cura, na esperança de reforçar a mensagem de Jesus de *desfazer* a separação, liberando o julgamento. Desnecessário dizer, a benignidade reflete nossa unicidade inerente uns com os outros, enquanto o ataque nos leva a nos separarmos ainda mais profundamente em nossa consciência.

Portanto, como o próximo volume em nossa série de pequenos livros sobre a prática do *Um Curso em Milagres*[1], pareceu apropriado me voltar para esse aspecto crucial da prática dos princípios benignos de cura do Curso. O cerne desse livro (Capítulos 1, 2 e 3) é uma transcrição editada da palestra original. Ela foi editada para garantir sua legibilidade, embora o estilo informal da apresentação original tenha sido essencialmente mantido. Algumas passagens do *Um Curso em Milagres* foram acrescentadas para expandir a discussão, e foram incluídos alguns exemplos específicos, reunidos de outras aulas e workshops para ilustrar como a benignidade da cura pode ser inadvertidamente pervertida pela necessidade do ego de separar e atacar. A Introdução foi retirada do final do capítulo do meu livro *A Mensagem do Um Curso em Milagres* – Volume Um: *Todos são chamados.* Ela é intitulada "Sendo Benigno", e também foi reproduzida em nosso boletim quadrimestral "The Lighthouse". Ela serve bem para introduzir o tema principal desse livro. Partes daquele capítulo foram incluídas para a Conclusão desse livro. Finalmente, dois outros artigos do nosso boletim – com a co-autoria da minha esposa Gloria – estão incluídos no Apêndice. O primeiro, "Não Faça Mal a Ninguém", tem sua inspiração no juramento de Hipócrates, e serviu de base para a discussão do artigo sobre ser benigno e gentil. O segundo, "Uma Benigna e Simples Apresentação de uma Benigna e Simples Mensagem" previne os estudantes contra o uso da metafísica do ego como uma manobra do ego para não fazermos *"as simples coisas que a salvação pede"* (T-31.I.2:2), as quais, para nossos propósitos, podemos resumir com um princípio de duas palavras: *Seja benigno.*

A benignidade discutida nesse livro se focaliza quase que exclusivamente em sermos benignos com os outros. O volume Dois, que será publicado separadamente, se focaliza na benignidade de perdoarmos nossas limitações.

Como sempre, sou muito grato a Rosemarie LoSasso, a Diretora de Publicações da nossa Fundação, por sua cuidadosa e fiel atenção a esse livro desde o princípio, através de sua excelente edição até sua forma final. Gostaria de agradecer especialmente a minha esposa Gloria, que pacientemente falou comigo durante anos para que publicássemos nossos pequenos livros dessa forma. Eu finalmente ouvi, e sem dúvida, uma mensagem repousa aí.

---

[1] O primeiro livro é intitulado *Nossa Resistência ao Amor.*

Introdução[2]

A mensagem inspiradora de Jesus ao mundo em *Um Curso em Milagres* – com sua linda linguagem, lógica brilhante, e palavras abençoadas de amor – não significará nada se não for vivenciada e praticada. É por isso que ele faz a seguinte afirmação importante no texto, que pode ser vista como um aviso a todos os estudantes para *não* repetirem os erros dos últimos 2.000 anos de tentar ensinar sua mensagem sem primeiro buscar aprendê-la para si mesmo:

> *Não ensines que eu morri em vão. Ensina, em vez disso, que eu não morri, demonstrando que eu vivo em ti* (T-11.VI.7:4-5; grifos nossos).

Em outras palavras, nós ensinamos a mensagem de Jesus sobre o desfazer do sistema de pensamento de morte do ego, *vivendo* nossas vidas baseados nos ensinamentos do perdão. Isso desfaz as lições de ódio, ataque e assassinato do ego e, portanto, a eficácia da sua mensagem é demonstrada – não por nossas palavras, mas por nossas vidas:

> *O ensino é feito de muitas formas, acima de tudo através de exemplos* (T-5.IV.5:1-2).

Esse princípio de ensinar o que primeiro aceitamos para nós mesmos é otimamente articulado na lição do livro de exercícios *"Eu estou entre os ministros de Deus"*, na qual Jesus novamente pode ser visto encorajando seus estudantes a não transformarem seus ensinamentos em algo que eles *façam*, mas em vez disso, que sejam algo que buscam *se tornar*.

> *Há uma diferença principal no papel dos mensageiros do Céu, que os distingue daqueles designados pelo mundo. As mensagens que entregam são dirigidas em primeiro lugar a eles mesmos. E é só na medida em que possam aceitá-las para si mesmos, que vêm a ser capazes de levá-las adiante e dá-las em todos os lugares a que eram destinadas. Como os mensageiros terrestres, eles não escreveram as mensagens que trazem consigo, mas vêm a ser os seus primeiros destinatários no sentido mais verdadeiro, recebendo a fim de prepararem-se para dar* (LE-pI.154.6; grifos nossos).

Essa falta de habilidade de realmente praticar os princípios benignos de perdão do *Um Curso em Milagres* que estudam, e algumas vezes, até ensinam, talvez tenha sido a falha mais séria entre os seus estudantes. Em *Poucos Escolhem Escutar* (Volume Dois de *A Mensagem do Um Curso em Milagres*), discuto como os estudantes com frequência ocultam seu sistema de pensamento de especialismo e julgamento sob a justificativa de aconselhamento espiritual ou amizade. Portanto,

---

[2] Como citado no Prefácio, isso foi adaptado de "Ser Benigno", no capítulo final de *A Mensagem do Um Curso em Milagres – Volume Um: Todos São Chamados.* Os parágrafos finais foram citados na Conclusão.

são rápidos em lembrarem a alguém com dor ou em luto, por exemplo, que o corpo e a morte são ilusões e defesas contra a verdade, e então, é claro, eles incitam os membros da sua família ou amigos a simplesmente mudarem suas mentes. A ausência da simples benignidade infelizmente é inconfundível para todos, exceto para o estudante que está fazendo os "pronunciamentos espirituais". A esse respeito, sempre me lembro do filme clássico *Horizonte Perdido*, de 1938, adaptação do maravilhoso romance de James Hilton. Como alguns leitores podem se lembrar, no início da filmagem, Conway, o protagonista representado por Ronald Coleman, é abduzido e levado a Shangri-La, um comunidade paradisíaca no Himalaia, cujos habitantes não envelhecem. Ele é levado até lá para se tornar seu novo líder, enquanto o Lama ancestral – seu fundador e inspiração guia – está se preparando para morrer. Em um dos momentos mais memoráveis do filme, o Lama faz um discurso ao relutante Conway, no qual explica a origem e propósito do seu oásis utópico. É uma cena inspiradora, e seu clímax vem no seguinte resumo, notável por suas palavras proféticas que, triste dizer, foram mais do que realizadas nas décadas que se passaram desde a primeira vez em que foram ditas na tela.

> *Veio a mim uma visão há muito, muito tempo. Vi todas as nações se fortalecendo, não em sabedoria, mas nas paixões vulgares e na vontade de destruir. Vi a máquina do poder se multiplicando até que um único homem armado pudesse equivaler a todo um exército. Prevejo um tempo no qual o homem, exultando na técnica do assassinato, vai se enfurecer tanto com o mundo, que cada livro, cada tesouro, será sentenciado à destruição. Essa visão foi tão vívida e tão tocante que determinei reunir todas as coisas belas e da cultura que pudesse, e preservá-las aqui contra a ruína para a qual o mundo está caminhando.*
> *Olhe para o mundo hoje. Existe algo mais lamentável? Quanta loucura, cegueira, liderança não inteligente, uma massa da humanidade apressada, chocando-se afobadamente uns com os outros, impulsionados por uma orgia de ganância e brutalidade. Chegará um momento... no qual essa orgia vai esgotar a si mesma, quando a brutalidade e a cobiça pelo poder precisa perecer pelo fio da sua própria espada... Pois, quando esse dia chegar, o mundo precisa começar a buscar uma nova vida, e temos a esperança de que possa encontrá-la aqui, pois aqui estaremos com seus livros, sua música, e uma forma de vida baseada em uma simples regra: Seja Benigno. Quando esse dia chegar, é nossa esperança que a irmandade de amor de Shangri-La se espalhe através de todo o mundo. Sim... quando os fortes tiverem devorado uns aos outros, a ética cristã poderá finalmente ser cumprida, e os mansos herdarão a terra.*

O que poderia ser mais simples e, no entanto, o que é mais difícil? Uma vez que nossos pensamentos não eram benignos em relação a Deus naquele instante original de separação, tudo o que se seguiu no holograma do tempo e do espaço não podia deixar de ser não benigno: *Idéias não deixam sua fonte* – a falta de benignidade precisa levar à falta de benignidade. A pequena disponibilidade que Jesus repetidamente afirma ser tudo o que nos é pedido pelo Espírito Santo, pode ser mais bem compreendida como a disponibilidade de ser benigno; ou talvez ainda melhor, a disponibilidade de ser ensinado a ser benigno. Naquele instante ontológico – o início do pesadelo de julgamento do ego -, quando colocamos nosso desejo egoísta de individualidade acima de tudo o mais, a benignidade foi perdida para nós, e nos esquecemos de que *"A benignidade me* [nos] *criou benigno*[s]*"* (LE-pI.67.2:7). E então, precisamos aprender com Jesus, aquele que simboliza e exemplifica essa benignidade do Céu para nós, como liberarmos o julgamento e sermos benignos com os outros e conosco mesmos. Nossa esperança é a de que

esse pequeno livro ajude a lembrar a todos nós da necessidade de sermos benignos, *o* princípio espiritual *por excelência.*

1. A Benignidade da Cura

Gostaria de me focalizar especificamente na atitude e comportamento de um estudante do *Um Curso em Milagres* na presença de alguém que está doente. Pode-se pensar que essa não deveria ser uma questão crucial. Infelizmente, no entanto, posso assegurar que em mais de vinte anos [agora quase trinta] desde que *Um Curso em Milagres* foi publicado (1976), esse tem sido e continua a ser um problema principal. Portanto, gostaria de discuti-lo tanto em termos de teoria quanto, e acima de tudo, de prática. Embora nosso foco principal vá estar na doença, ficará óbvio, ao prosseguirmos, que os princípios que vamos examinar podem ser facilmente aplicados a outras áreas também: por exemplo, sobre como alguém lida com uma pessoa que está lamentando a morte de um ser amado, que tem um problema aparentemente insolúvel, ou que está apenas transtornada.

Como muitos de vocês sabem – tanto por terem sido vítimas disso, ou talvez, em um momento de fraqueza, terem vitimado outras pessoas dessa forma – é fácil demais lidar com a ansiedade engendrada quando se está com alguém sentindo dor, citando *Um Curso em Milagres*, uma boa forma de falar, que é como atingi-los na cabeça com o livro azul. Seus princípios de cura e ajuda então, se tornam formas sutis e algumas vezes não tão sutis, de fazer julgamentos e atacar os outros. Tenho dito muitas vezes que, quando você tem um problema, ou está doente ou com problemas, a última pessoa que deveria chamar seria um estudante do Curso; e, a menos que essa pessoa seja bem treinada, a última pessoa a quem você deveria procurar para fazer psicoterapia é um estudante do Curso. Com toda probabilidade, você só receberá uma grande quantidade de chavões do Curso atirados sobre você: “O que você quer dizer com isso de sua mente não estar curada ainda? Pensei que você fosse um bom estudante! Pensei que você acreditava que esse mundo é uma ilusão! Vamos rezar ou meditar para que você possa ser restaurado à sua mente certa”.

Já faz algum tempo que contaram essa história a Gloria e a mim, mas ela permanece uma de nossas favoritas histórias não-favoritas e, infelizmente, uma verdadeira. Um membro de um grupo do Curso ficou gravemente doente – câncer, se me lembro bem. Ela estava no hospital, morrendo. Antes da sua morte, recebeu regularmente a visita de outros membros do grupo, que obviamente estavam muito transtornados pelo fato de essa estudante de muitos anos do *Um Curso em Milagres* estar doente, com nada menos do que câncer, e, até pior, estar morrendo. Ao invés de fazerem o que amigos normais fariam por alguém que está sentindo dor, eles

citaram o Curso para ela, com efeito, dizendo: “Se você realmente levasse o Curso a sério, sairia dessa cama e iria para casa conosco. Você não sabe que a doença é uma defesa contra a verdade (LE-pI.136)? Nós temos uma reunião hoje à noite e gostaríamos que você estivesse lá”. Essa última parte eu inventei, mas o ponto central da história está claro. Desnecessário dizer, a amiga ficou muito magoada e transtornada.

Gloria e eu temos usado essa história para exemplificar com que facilidade as pessoas podem cair nessa armadilha. O equívoco que os membros do grupo cometeram não foi tanto a falta de benignidade e o julgamento em relação à sua amiga, mas o fato de não prestarem atenção à sua própria ansiedade: não olharem para o que estava acontecendo dentro deles mesmos. Ninguém poderia jamais ter sido não-benigno nem negar amor a menos que primeiro estivesse destruído pela culpa e pelo medo. Isso é auto-evidente. Não pode haver nada além de amor ou medo em nossas mentes, como *Um Curso em Milagres* nos diz. Nós só temos duas emoções: uma nós fizemos (medo) e a outra foi dada a nós (amor) (T-13.V; T-12.I.9:5-6). Se você tiver escolhido Jesus ou o Espírito Santo como seu Professor, qualquer coisa que diga ou faça virá Deles, e será amorosa. Se, no entanto, tiver escolhido o ego como seu professor, o que significa que a culpa e o medo tomaram o lugar do amor, qualquer coisa que diga ou faça virá da culpa e do medo. Se você não prestar atenção à culpa, ela será reprimida, e qualquer coisa reprimida será projetada. Quando a culpa é projetada, ela assume a forma de ataque – tanto em si mesmo (doença), quanto em outra pessoa (raiva). Ninguém em sua mente certa iria fingir que o ataque é amoroso.

O que realmente aconteceu naquele grupo foi que os membros estavam transtornados por essa pessoa ser uma estudante séria do *Um Curso em Milagres* e ainda assim ficar doente. Cada um deve ter pensado, “O que isso significa para mim? Eu também sou um estudante sério, e então, isso também poderia acontecer comigo”. A preocupação certamente não era sobre sua amiga, mas sobre si mesmos. Novamente, seu equívoco foi não prestarem atenção à sua ansiedade e consequentemente usarem o Curso para encobri-la. Eles, portanto, entraram no quarto do hospital e projetaram sua própria ansiedade, que veio da culpa, e, com efeito, disseram à pobre mulher: “Você é a culpada, e, nós precisamos que você nos prove que esse Curso funciona – que se você praticar o *Um Curso em Milagres* nunca vai ficar doente. Precisamos que você demonstre isso para nós, não porque nos importamos se você vai viver ou morrer, mas porque nos importamos se *nós* vivemos ou morremos. Precisamos que você seja a prova de que uma pessoa pode ser estudante do Curso e ficar bem, e certamente não morrer!”.

Portanto, seu comportamento julgador não foi devido ao pecado ou maldade, mas ao medo, embora eles não tenham prestado atenção a ele. É por isso que eu enfatizo a importância da vigilância constante em relação ao que está acontecendo dentro de você. Uma das regras gerais que sempre defendo é que você seja normal – tente parar e pensar o que as pessoas normais fariam em uma situação como essa: elas seriam benignas, gentis, e consoladoras, e certamente não iriam atacar ou fazer a paciente se sentir culpada. A partir de tudo o que você ouviu e leu em seu estudo no *Um Curso em Milagres*, você sabe que a doença não tem nada a ver com o sintoma físico, mas com o sistema de pensamento construído sobre nossa crença de que somos separados de Deus. *Essa é a doença.* A mulher que estava sofrendo na cama de hospital obviamente estava se sentindo separada e, portanto, a última coisa no mundo de que precisava era que seus bons amigos viessem e a fizessem se sentir ainda mais separada! Se eles estivessem em suas mentes certas, teriam percebido que a doença e sofrimento da mulher provavelmente estavam vindo do seu medo e culpa, e seu medo de morrer teria encontrado expressão em seu pensamento: “Isso é a vingança de Deus sobre mim, e estou sendo punida; minha existência individual vai se extinguir por causa do meu pecado”. Quer esses

pensamentos fossem conscientes ou não, estavam presentes em sua mente como fonte de um medo tremendo.

Uma vez que você compreenda a fonte da doença na decisão da mente de ser separada, vai perceber que está unida àquela pessoa na mesma doença.

> *Nenhuma mente é doente enquanto outra mente não concorde que elas estão separadas. E assim, a decisão que tomam de serem doentes é conjunta. Se não dás o teu acordo e aceitas o papel que desempenhas para fazer com que a doença seja real, a outra mente não pode projetar a própria culpa sem a tua ajuda em permitir a ela que se perceba como separada e à parte de ti. Assim, o corpo não é percebido como doente por ambas as mentes, de pontos de vista separados. A união com a mente de um irmão impede a causa da doença e os efeitos percebidos. A cura é o efeito de mentes que se unem, assim como a doença vem de mentes que se separam* (T-28.III.2).

É por isso que Jesus ensina de novo e de novo em seu curso que se você quiser ser curado, precisa se permitir ser uma extensão de cura para outra pessoa. Se você quiser ser perdoado, precisa pedir sua ajuda para perdoar outra pessoa, pois só então poderá entender que você e aquela pessoa são a mesma. Para afirmar de forma bem simples e sucinta: quando estiver com alguém, sempre tente ser benigno. A Lição 67 afirma: *"A benignidade me criou benigno"* (LE-pI.67.2:7). Quando você estiver agindo de forma não benigna, estará claramente agindo de uma forma diferente da que Deus o criou.

Lembrem-se do discurso do Lama de Sangri-La que citei na Introdução. Deixando de lado a metafísica brilhante do *Um Curso em Milagres* e seus insights psicológicos sofisticados, o Curso poderia ser comparado à única regra simples do Lama: *Seja Benigno.* Se você não for benigno, então, não apenas não estará praticando o Curso, mas não terá possibilidade de poder sequer começar a compreendê-lo. Não importando o quanto a sua compreensão da metafísica do Curso seja brilhante, se não estiver sendo benigno em relação à outra pessoa, especialmente quando essa pessoa está com problemas – com medo, dor ou seja o que for -, não estará fazendo o que o Curso está pedindo.

Um Curso em Milagres nos ajuda a entender por que não somos benignos. Se nós acreditarmos que não fomos benignos com Deus – atacando-O para podermos existir por conta própria -, inevitavelmente acreditaremos que Ele não vai ser benigno conosco. Mas nós reprimimos esse pensamento ameaçador, o separamos de nós, e o projetamos para fora, e inventamos um mundo no qual então nos sentimos justificados em não sermos benignos. Essa é a origem da nossa falta de benignidade. No entanto, se você não fizer algo em relação a isso, a falta de benignidade permanecerá, junto com a culpa. Você tem que ser especialmente cuidadoso para não mascarar os ataques julgadores com as palavras de benignidade do seu Curso. No próximo capítulo, vou falar sobre julgamento, um suporte importante para a nossa falta de benignidade.

Ocasionalmente me pedem para falar algo sobre madre Thereza, que fez um trabalho tão maravilhoso, mas cuja espiritualidade e teologia estavam muito distantes do Curso. Gosto de mostrar que sua espiritualidade consistia de fazer o que o amor de Jesus lhe disse para fazer. Quaisquer termos teológicos pelos quais ela pautava sua ética, esse era seu ponto de partida. Comparadas com *Um Curso em Milagres*, sua teologia e metafísica pareceriam ser claramente do ego – ela estava muito enraizada no corpo, com Jesus sendo o único Filho de Deus, aquele que veio para nos redimir do nosso pecado muito real -, mas quantos estudantes do *Um Curso em Milagres* iriam querer ficar contra ela, com todo o seu brilhantismo teológico e compreensão metafísica?

Novamente, se você realmente quiser fazer progressos com esse curso, precisa praticar a benignidade, o que freqüentemente significa deixar seu livro azul para trás, mas não seu *autor.* Você realmente deixa as palavras para trás se elas não forem úteis – e muitas vezes elas não são -, mas se levar Jesus com você, será tão benigno quanto ele é. Para repetir o que eu disse nos meus comentários iniciais, estou certo de que muitos de vocês, e possivelmente a maioria – especialmente se estiveram estudando o *Um Curso em Milagres* durante algum tempo – tanto receberam quanto foram os autores dessas ofensas "pecaminosas" do Curso, de atingir as pessoas na cabeça com seus princípios. Realmente procurem se lembrar de que se alguém está com dor, morrendo de câncer, ou até fazendo algo irracional ou cruel, a fonte do seu comportamento é o mesmo medo de trabalhar em sua própria mente – e é isso o que une vocês. Portanto, ao aprender como ser benigno em relação a outra pessoa, você estará praticando ser benigno consigo mesmo, porque você e seu irmão são um. Vocês não são diferentes. Isso vai diretamente ao cerne do sistema de pensamento do ego – o conceito de diferença foi como o ego começou: Deus e Seu Filho eram separados *e* diferentes – e o desfaz. É essa identificação inconsciente com as necessidades de diferenças do ego para provar sua vitória sobre a Unicidade de Deus que, em última instância, é a motivação por trás da nossa falta de benignidade, especialmente quanto praticada em nome de Jesus e do seu curso.

Q: Eu estava com uma amiga cujo marido morreu de câncer, e ela me perguntou como *Um Curso em Milagres* vê a morte. Ela não é estudante do Curso, mas o que eu disse a deixou zangada, então, presumo que eu não estava sendo benigna.

R: Não necessariamente. Ser benigno nem sempre significa que a outra pessoa aceitará sua benignidade. O que é importante é que você se recorde, o melhor que puder, do que estava acontecendo dentro de você. É claro que é possível que você não estivesse sendo benigna: mas também é possível que estivesse. É certamente impossível julgar outra pessoa, mas é igualmente impossível julgar a si mesmo e saber sua motivação interna. Se você sentir que estava em paz e não tentando esconder ansiedade, raiva ou medo, não precisa ir mais longe com isso.

Algumas vezes, podemos ser bem amorosos em relação a uma pessoa e ela ainda assim continuar zangada. Se você estiver em um relacionamento que é baseado em um voto secreto de raiva e ataque mútuos – casamentos dessa natureza têm durado cinqüenta, sessenta ou mais anos -, e de repente, um dos parceiros se tornar benigno e anunciar "Não quero mais fazer isso", a outra pessoa ficará muito zangada: "Você não está agindo como combinamos! Você deveria se sentir miserável e cheio de ódio para que eu possa me sentir injustamente tratada".

Novamente, não sei qual foi sua motivação naquele ponto, mas o fato da outra pessoa ficar transtornada não significa necessariamente que você não estava sendo benigna. Acho que é algo a se observar, mas seja benigna e gentil com você mesma ao fazer isso, e não pregue peças em você mesma.

P: Vamos supor que existam dois estudantes do *Um Curso em Milagres*, um deles está doente e o outro está constantemente lembrando-o de que "isso é um sonho".

R: Novamente, depende da motivação. Se você estiver lembrando seu amigo doente de que o mundo é um sonho e a doença é uma defesa, deveria olhar dentro de si mesmo e tentar determinar se está partindo de um espaço de amor. Se o seu amigo for um estudante do *Um Curso em Milagres*, as chances serão as de que ele está consciente intelectualmente de que esse mundo é um sonho e a doença é uma defesa contra a verdade. Se esse for o caso, lembrá-lo disso não será muito amoroso ou atencioso. É como jogar sal na ferida, ou pisar em cima de uma pessoa

que já está caída. Certamente, existem épocas na quais um lembrete pode ser amoroso e útil, mas com freqüência, não o é. Novamente, você sempre deveria usar *ser normal* como um critério. Pessoas normais, diante de alguém que esteja doente, especialmente um amigo ou membro da família, são benignas. Você não tem que ser um gigante espiritual ou entender a diferença entre dualidade e não-dualidade para saber que se alguém está doente e com dor, a benignidade deveria ser oferecida a essa pessoa.

De forma similar, não é amoroso repreender uma pessoa que está assistindo ao noticiário com você e que fica transtornada com as cenas de bombardeio, genocídio ou fome: “Com o que você está transtornado? Isso é tudo um sonho. É o roteiro deles!”. Tristemente, existem diversos registros de estudantes fazendo exatamente isso. Qualquer um que faz tais comentários não amorosos precisa estar partindo de um lugar de medo, e, ao invés de olhar para dentro e pedir a ajuda de Jesus para lidar com o medo, a pessoa simplesmente o ignora porque ele a lembra da sua própria hostilidade e medo de aniquilação.

Como venho afirmando, quando você não olha para o medo ou a culpa, eles automaticamente serão empurrados para dentro do seu inconsciente, e de forma bem automática, serão projetados para fora – sempre. Inevitavelmente, então, você acabará julgando e atacando outras pessoas. Com uma rocha descendo a montanha, é relativamente fácil pará-la se você fizer isso no início, porque ainda não ganhou velocidade. No entanto, se você deixá-la rolar por algum tempo, isso se tornará muito mais difícil, senão impossível – de fato, se torna completamente perigoso. Uma vez que o seu ego realmente segue em frente, é muito difícil detê-lo por si mesmo, porque nesse ponto, você estará montado em seu imponente cavalo espiritual, e a outra pessoa estará no chão, e parecerá tão bom atingi-la. Lembrem-se, o princípio cardeal do ego é o de que sempre é *um ou outro*, e então, se eu puder provar que você é um mau estudante do *Um Curso em Milagres*, eu claramente serei o bom. Isso soa tão bem que é muito mais difícil de deter. Progressos no Curso podem ser medidos pela velocidade com a qual você identifica seu medo, não por você não ter medo. Se você identifica o medo, ele não vai a lugar algum. Mas se você não o faz e, ao invés disso, o empurra para baixo, ele fermenta por dentro até explodir. Portanto, antes que você saiba, se verá nos espasmos de um imenso ataque do ego, dirigido contra outra pessoa ou contra você mesmo.

O que freqüentemente também acontece com as pessoas que estudam o Curso é que elas se tornam muito exclusivas. Existe um vocabulário único no *Um Curso em Milagres*, que funciona muito bem entre os seus estudantes – todos sabem o que é o especialismo e a Expiação, o que significa olhar para o ego, e assim por diante -, mas não é amoroso usar essas mesmas palavras e conceitos quando você está entre pessoas que não sabem do que você está falando. Não é útil e certamente não é benigno. Quando você se vê falando ou agindo de forma não benigna – quando você está em um velório, por exemplo, e continua com um sorriso em seu rosto, dizendo aos amigos enlutados e parentes, “Não fiquem transtornados. Ninguém morre sem o próprio consentimento” (Le-pI.152.1:4) -, deveria querer parar tão rápido quanto possível, e não se sentir culpado em relação a isso. Simplesmente compreenda de onde vem a falta de benignidade, e depois tente desfazer a causa, que invariavelmente será: “Eu queria estar por conta própria, e não consultei Jesus antes de ir ao funeral”. Você não tem que consultá-lo sobre o que dizer, mas é essencial que o consulte sobre o que está acontecendo dentro de você.

Em uma das suas mensagens pessoais a Helen, Jesus disse:

> *Lembre-se de que você não precisa de nada, mas tem um estoque inesgotável de dádivas amorosas a dar. Mas ensine essa lição apenas a si*

> *mesma. Seu irmão não vai aprendê-la das suas palavras, ou dos julgamentos que você depositou sobre ele. Você nem mesmo precisar dizer uma palavra a ele. Você não pode perguntar "O que devo dizer a ele?", e ouvir a resposta de Deus. Ao invés disso, peça "Ajude-me a ver esse irmão através dos olhos da verdade, e não do julgamento", e a ajuda de Deus e de todos os Seus anjos vai responder* (*Ausência de Felicidade*, p. 381).

Portanto, você não tem que perguntar a Jesus o que dizer quando visita alguém no hospital, ou alguém que sofreu uma perda pessoal. Mas realmente peça ajuda a ele para deixar seu ego para trás. Se você não puder nem mesmo fazer isso, pelo menos peça a ele ajuda para ser benigno; pelo menos tente enunciar para si mesmo que seu objetivo é ser benigno. Mesmo se você sentir que o seu ego está saindo do controle, ainda poderá ser benigno, percebendo que tem uma mente separada que obviamente está dividida entre a benignidade e a falta de benignidade, Jesus e o ego, felicidade e dor. Tal honestidade é o primeiro passo. Ela não desfaz o seu ego – seu desejo secreto de ser não benigno -, mas realmente expressa seu desejo de querer fazer as coisas de modo diferente. Ainda que nesse ponto você não pense que pode, ainda existe uma parte sua que realmente quer fazê-lo e, então, pelo menos, você não tentará justificar, racionalizar ou espiritualizar seus comentários não benignos. Você vai, em simples honestidade, reconhecer para si mesmo: "Eu disse isso, e obviamente não estava em minha mente certa. Eu não estava sendo gentil, benigno ou amoroso, e não ouvi a outra pessoa. Tudo com o que me importei foi comigo mesmo".

P: E se você não atravessar esse processo, vai se sentir culpado e rejeitado.

R: Completamente. E sentir-se culpado vai impeli-lo a atacar novamente e de novo, e de novo. É isso o que chamamos de ciclo culpa-ataque – o pão com manteiga do ego. Quanto mais culpado você se sente, mais vai projetar isso para fora e perceber a si mesmo como o inocente, justificado em atacar a culpa que vê nos outros. No entanto, quanto mais você ataca, mais culpado se sente. Mais uma vez, você poderia pelo menos expressar para si mesmo, para Jesus ou para o Espírito Santo, seu desejo de ser benigno: "Eu não sei como ser benigno, mas esse é o meu objetivo – ser benigno, gentil, atencioso e amoroso". Se você puder fazer isso sinceramente, mesmo quando começar a julgar ou declamar chavões do Curso, não mais se sentirá tentado a justificar o que está fazendo, e vai perceber que não está sendo benigno de forma alguma.

P: Posso fazer isso em outras circunstâncias, mesmo que alguém não esteja fisicamente doente?

R: Sim, é claro. Estou usando a doença física como um exemplo primário, mas você pode aplicar isso sempre que estiver com alguém que esteja transtornado – por qualquer razão – incluindo a você mesmo. Lembrem-se a doença não é o sintoma físico. A doença é a expressão da crença: "Eu estou separado de Deus, e prefiro minha individualidade à Unicidade de Cristo". Não importando por que alguém não está em paz – quer isso seja um problema físico, emocional, financeiro ou de relacionamento -, ainda é a mesma doença, pois vem da mesma fonte de separação.

Um estudante de Nova Iorque me contou sua experiência com outros estudantes do Curso depois dos ataques de 11 de setembro. Ele estava falando com eles sobre o quanto tinha sido traumático lidar não apenas com o próprio medo e angústia, mas também com parentes desvairados, que estavam amedrontados

pela segurança dos seus filhos que estavam na escola, e por seus esposos que estava trabalhando, em Manhattan, ou presos em viagens de negócios, em outras partes do país, etc. Depois de compartilhar essas experiências, um dos seus amigos do Curso disse, “Ah, não leve isso a sério. Eu sabia o que estava acontecendo – eu sabia que não tinha significado e era tudo uma ilusão”. Desnecessário dizer, ele sentiu que tinha sido julgado como tendo falhado com o Curso, ainda que seu amigo não tivesse dito isso explicitamente.

Se a sua mente está curada da crença no mundo ilusório de separação, não haverá nada lá além do benigno e gentil amor de Jesus e, portanto, nunca haveria uma necessidade de anunciar que você sabe que o ataque e o medo são ilusórios. Você seria sensível ao medo nos outros, e não se separaria deles, tacitamente deixando-os saber que você já avançou muito além deles. De forma admissível, a maioria das pessoas geralmente não libera a crença na separação em um único instante de cura. Mais comumente, elas aprendem como levar a si mesmas e aos eventos em suas vidas de forma cada vez menos a sério. No entanto, a benignidade ditaria que elas estivessem presentes na dor das outras pessoas, e tentassem confortá-las gentilmente, ao invés de exacerbarem o problema, jogando o jogo de tentar se valorizar, diminuindo os outros.

Outro exemplo de falta de benignidade dos estudantes insensíveis do *Um Curso em Milagres* veio durante um dos nossos workshops em Roscoe. Logo depois do jantar, a discussão na aula se focalizou sobre uma estudante que contou uma história terrível, que era parecida ainda com a de outro estudante. Ela tinha alguns problemas cardíacos, que a medicação ajudava a aliviar, e estava compartilhando sua experiência com seu grupo semanal. Para sua mágoa e surpresa, vários dos seus “amigos” começaram a atacá-la por recorrer à mágica da medicina, ao invés de ao milagre de cura do Curso. Ela foi acusada, da maneira característica do ego, de não ser uma boa estudante, etc. O fato de ela trazer isso à tona no workshop, me permitiu discutir muitas das idéias já expressas nesse livro, e a sessão terminou com a mulher se sentindo consideravelmente aliviada. Em algum ponto durante o jantar, no entanto, ela veio até mim, praticamente em lágrimas. Enquanto esperava na fila da cafeteria por sua comida, *a mesma coisa tinha acontecido de novo.* Um participante da sessão que tinha acabado de terminar, tinha se aproximado dela com exatamente a mesma acusação. Diferente do rio imutável de Heráclito, algumas coisas nunca mudam. Ou assim pode parecer.

Para citar outro exemplo compartilhado por um estudante em uma de minhas aulas, podemos até mesmo ser não benignos em relação a nós mesmos, sobre nossa falta de benignidade pelos outros! Uma estudante, Pat, estava tendo um problema com Alice, uma mulher que vivia na sua vizinhança. Quando Alice via Pat no parque, aonde ambas iam regularmente, ela se sentava ao lado de Pat e começava a falar. Pat achava a conversa terrivelmente aborrecida, e também intrusiva no seu tempo de descanso. Então, ela queria saber se ainda estaria sendo uma “boa estudante do Curso” se não quisesse falar com Alice. Algumas vezes, ela ficava e conversava, mas se sentia ressentida em relação a isso, e outras vezes, ela se levantava e ia embora, pensando que estava tudo certo em fazer isso, mas depois se sentindo muito culpada. Afinal, Pat se repreendia severamente, Alice é tão membro da Filiação quanto você. Pat queria saber se seria mais amoroso ficar e fingir que estava interessada no que Alice tinha a dizer, ainda que não estivesse.

Minha resposta a Pat se concentrou em dois pontos básicos sobre os quais já falamos um pouco: primeiro, a importância de sempre ser normal, e segundo, o de que o problema nunca é o que está acontecendo no mundo (a *forma*), mas sempre a escolha de cada um pelo ego ao invés de por Jesus como seu professor (o *conteúdo*).

Todos nós temos nossas preferências, nossas simpatias e antipatias: comida, cores, tipos de personalidades, música, estilos de cabelo, filmes, climas, e assim por

diante. Esse é um fato da nossa existência nesse mundo como corpos, e não tem nada a ver com nosso status espiritual. Portanto, precisamos só reconhecer nossas preferência, sem criar caso sobre elas. Pat poderia simplesmente ter reconhecido que preferia não passar tempo com Alice, sem odiá-la ou julgá-la, e certamente sem transformar a situação em algum tipo de teste espiritual cósmico, no qual ela parecia ter falhado. Pat essencialmente crucificou a si mesma por pensar: "Eu deveria ser capaz de estar com qualquer pessoa e falar sobre qualquer coisa". A abordagem benigna e gentil teria sido simplesmente reconhecer: "Esse é o ser que eu penso que sou. Eu gosto da comida A, do filme A, prefiro estar com a pessoa A". Nesse estado de espírito, Pat poderia simplesmente ter desculpado a si mesma e depois se sentado em algum outro lugar, ou voltado para seu apartamento, e teria permanecido em paz o tempo todo. Pat não estava em paz, no entanto, o que significa que ela escolheu o ego como seu professor, ao invés de Jesus. Sua decisão de não ficar com Alice se tornou um pecado, pela qual ela se sentia terrivelmente culpada – sempre um sinal de ter escolhido o ego. Esse foi o erro de Pat. Não foi o fato de ela não querer estar com Alice, foi o fato de ela escolher o ego como seu professor.

Estar em um corpo já significa que escolhemos o sistema de pensamento do ego de *um ou outro*. Então, Pat poderia ter percebido "Se eu não quis ficar com Deus, por que iria querer estar com essa mulher?". Em outras palavras, não existe diferença entre Pat ver a si mesma como separada de Deus e como separada de Alice. Nosso julgamento contra os outros não é diferente de nosso julgamento contra Deus – é apenas um fragmento sombrio da "diminuta e louca idéia". Isso ecoa o primeiro princípio dos milagres, de que não existe ordem ou hierarquia entre eles (T-1.I.1:1), que desfaz a primeira lei do caos do ego, de que existe uma hierarquia de ilusões (T-23.II.2:3). Se Pat tivesse se unido a Jesus ao invés de ao ego, não teria julgado a si mesma por excluir Alice do seu amor, mas também não a teria excluído de forma justificada; e finalmente, teria reconhecido que ver Alice como separada era um obstáculo à sua experiência da paz e Amor de Deus que estão dentro dela. Então, a benignidade em relação a si mesma seria manifestada pelo fato de perdoar a si mesma por não ser perfeita em seu amor por todas as pessoas – sua humildade e aceitação das suas limitações, não atacando a si mesma por causa delas. Jesus não se importa com a *forma* – se você passa ou não tempo com as pessoas A, B ou C. Ele se importa com o *conteúdo* – o que está acontecendo na sua mente –, se você exclui ou não as pessoas, incluindo a si mesma, *na sua mente.*

Como já indiquei, nossa presunção de que podemos julgar de forma correta tanto a nós mesmos quanto os outros é o que alimenta nossa falta de benignidade, e então, eu gostaria agora de me voltar para algumas passagens em *Um Curso em Milagres* que falam diretamente à essa dinâmica subjacente e infecciosa. A igualmente danosa confusão entre forma e conteúdo também será esclarecida.

2. Julgamento e Crença em Diferenças:
A Base da Falta de Benignidade

“Como o Julgamento é Liberado?”

Uma atividade favorita de muitos estudantes do *Um Curso em Milagres* é julgar os outros de forma farisaica, em nome do próprio Curso. Portanto, eles racionalizam, se alguém está doente, obviamente é porque é culpado – estivemos rezando por eles e eles ainda têm sintomas: isso obviamente significa que são culpados! No entanto, quando você pensa sobre isso, como alguém teria a possibilidade de saber o significado dos sintomas no caminho maior da Expiação daquela pessoa? Eles baseiam suas respostas inteiramente na forma – o que seus olhos vêem, e não têm idéia do que está acontecendo na mente das pessoas. Portanto, novamente, eles emitem um julgamento a guisa de ser um bom estudante.

Vamos ler agora um trecho de *“Como o julgamento é liberado”* (MP-10), que afirma nos termos mais claros que tal julgamento é impossível. Esse não é o único trecho no *Um Curso em Milagres* onde Jesus fala sobre a impossibilidade de julgar, mas talvez seja o mais explícito. O ponto central de Jesus é que não podemos julgar ou entender nada. Portanto, sempre que sentirmos que somos estudantes superiores do Curso e estamos justificados em nossos julgamentos - sempre baseados em dados externos – sobre onde os outros estão em seu caminho de Expiação, pensemos sobre essas passagens.

(MP-10.3:1-3) O objetivo do nosso currículo, não como a meta do aprendizado do mundo, é o reconhecimento de que o julgamento, no sentido usual, é impossível.

Jesus não está falando apenas sobre condenação, o significado óbvio; ele também está usando um senso mais amplo de julgamento: entender qualquer coisa que seja – julgar em que ponto uma pessoa está em seu caminho espiritual, por exemplo.

(MP-10.3:3-13) Isso não é uma opinião, mas um fato, de modo a julgar qualquer coisa acertadamente, a pessoa teria que estar inteiramente ciente de uma escala inconcebível de coisas passadas, presentes e por vir. A pessoa teria que reconhecer antecipadamente todos os efeitos de seus julgamentos sobre todas as outras pessoas e coisas neles envolvidas de alguma forma. E a pessoa teria que estar certa de que não há nenhuma distorção na sua percepção, de modo que o seu julgamento seja totalmente justo em relação a todos aqueles sobre os quais recai, agora e no futuro. Quem está em posição de fazer isso? Quem, a não ser em grandiosas fantasias, poderia reivindicar isso para si mesmo?

Isso é auto-explanatório, por isso, vou continuar – fica um pouco pior.

(MP-10.4:1-3) Lembra-te de quantas vezes pensaste que conhecias todos os “fatos” necessários para um julgamento e de como estavas errado!

Qualquer um que tenha pelo menos um leve grau de auto-honestidade deveria perceber o quanto isso é verdadeiro.

(MP-10.4:3-5) Existe alguém que não tenha tido essa experiência? Saberias quantas vezes meramente pensaste que estavas certo, sem jamais reconhecer que estavas errado?

Esqueça as vezes em que estava claro que você estava errado. E todas as outras?

(MP-10.4:5-7) Por que escolherias uma base tão arbitrária para tomar decisões? A sabedoria não está em julgar, está no abandono do julgamento.

Isso descreve o propósito do Curso. Seu currículo é todo sobre desistir do julgamento, *"o requisito óbvio para ouvir a Voz por Deus"*:

> *O mundo treina visando a confiança no próprio julgamento como critério de maturidade e força. Nosso currículo treina visando o abandono do julgamento com condição necessária da salvação* (MP-9.2:12-14).

Logo no início do texto, Jesus nos fala sobre as recompensas de não julgar:

> *Tu não tens idéia da tremenda liberação e da profunda paz que vêm de te encontrares contigo mesmo e com teus irmãos totalmente sem julgamento* (T-3.VI.3:1-3).

(MP-10.4:7-13; 5:1-5) Faze, então, apenas um julgamento a mais. É o seguinte: há Alguém contigo Cujo julgamento é perfeito. Ele conhece todos os fatos passados, presentes e por vir. Ele na verdade conhece todos os efeitos do Seu julgamento sobre todas as pessoas e todas as coisas nele envolvidos de qualquer forma. E Ele é totalmente justo para com todos, pois não há distorção na Sua percepção.

Portanto, deixa de lado o julgamento, não com pesar, mas com um suspiro de gratidão. Agora estás livre de uma carga tão grande, que poderias apenas cambalear e cair embaixo dela. E tudo era ilusão. Nada mais. Agora, o professor de Deus pode erguer-se sem cargas e caminhar com leveza.

Você deveria re-ler esses parágrafos sempre que estiver tentado a julgar outros – não apenas em atacá-los e encontrar falhas neles, mas também em presumir que sabe em que ponto eles estão espiritualmente, ou o que seus sintomas físicos significam.

A doença pode ser vista como um julgamento, como já mencionamos – o julgamento original que diz que eu sei o que é melhor para mim; Deus não sabe. Eu sei, e estou muito melhor ficando por conta própria: autônomo, livre e independente do Céu. Isso é loucura completa, e todo o julgamento que jamais fizemos veio desse pensamento insano, e tudo que se seguiu a esse primeiro julgamento compartilha dessa insanidade. Pense sobre o fato de que o fenômeno real da percepção é julgamento:

> *A percepção seleciona e faz o mundo que vês. Ela literalmente escolhe segundo a direção da mente... A percepção é uma escolha, não um fato* (T-21.V.1:1-2,8).

Para perceber algo, temos que percebê-lo em relação a alguma outra coisa – figura contra um fundo, o fundo sendo os antecedentes e a figura qualquer coisa na qual nos focalizemos. Se nós não tivermos esse contraste, não podemos perceber. Portanto, nós selecionamos de todo o nosso campo perceptual o que estamos vendo e ouvindo, e automaticamente, projetamos sobre a tela o que é relevante para nós. Portanto, por exemplo, as pessoas nessa sala que estão olhando para mim e ouvindo o que estou dizendo, estão projetando outro auditório e estímulo visual. Por outro lado, se existir alguém na sala que esteja aqui não como estudante do *Um Curso em Milagres*, mas como um decorador de ambientes, por exemplo, estaria percebendo a cor das paredes, o formato da sala, e o ambiente geral. Todos nós precisamos perceber algo aqui, de outra forma, não poderíamos funcionar como corpos e, portanto, estamos sempre separando o que é importante do que não é – e isso é julgamento.

Podemos dizer, então, que todo nosso universo físico é baseado na separação e no julgamento, todos derivando do julgamento original que fizemos como um Filho, de que a individualidade era preferível à Unicidade do Céu. Obviamente, fizemos o julgamento e a escolha errada, e conseqüentemente, tudo que se seguiu a isso tem sido igualmente errado.

"Faze, então, apenas um julgamento a mais". O único julgamento que *deveríamos* fazer é o de que nós cometemos um equívoco, e que existe Alguém dentro de nós Que pode ajudar. O que o Espírito Santo vai me dizer sobre meu amigo doente não tem nada a ver com ele. Ele vai falar comigo sobre *mim*, para que eu possa perceber que se estiver preocupado e fazendo julgamentos, é porque não estou prestando atenção à minha doença inata. Portanto, meu Professor, Que também é meu Curador, vai chamar a atenção para minha doença e me ajudar a perceber que se eu me unir a Ele, não ficarei mais doente. Uma vez que Ele está além do julgamento, eu também estarei quando me unir a Ele. A paz e o amor dentro de mim não seriam afetados pelo que está acontecendo ao corpo do meu amigo, porque vou saber que ele e eu estamos unidos ao Espírito Santo. Nesse ponto, qualquer coisa que eu disser ou fizer será amorosa, porque terá vindo do espaço amoroso da mente certa na minha mente.

Antes de você fazer ou dizer qualquer coisa, deveria primeiro se certificar de que *você* não está mais doente. Novamente, a doença é julgamento, e não tem nada a ver com os sintomas físicos. É indispensável, portanto, que você preste atenção cuidadosa a quando está julgando. Fique ciente disso, percebendo que você está permitindo que as circunstâncias de outra pessoa tenham um efeito sobre você, o que significa, novamente, que você agora é quem está doente. Esse é o sintoma para o qual você deveria olhar e contra o qual deveria julgar, mas não a partir da culpa. Essa forma de julgamento diz, "Eu cometi um equívoco, e existe Alguém dentro de mim Que vai olhar para mim de forma diferente e, portanto, vai me ajudar a olhar para essa pessoa de forma diferente". A ajuda não é tanto poder olhar para aquela pessoa de forma diferente, mas ver o que *você* está fazendo. O Espírito Santo iria ajudá-lo a perceber que o que você está vendo nessa outra pessoa é o que não quer ver em si mesmo. Se você estiver ansioso, amedrontado, deprimido, ou culpado por causa da doença, problema ou circunstâncias de alguém, existe algo não curado em você de que você não estava consciente, mas que agora está vindo à superfície em busca de vítimas adequadas para suas projeções. Você precisa parar tudo o que estiver fazendo e ir para dentro para ser curado. A maneira com que será curado, para afirmar novamente, é pedir ajuda a Jesus ou ao Espírito Santo para olhar para o que realmente o está deixando doente, que sempre

pode ser reduzido à mesma coisa: você quer estar certo, e quer estar por conta própria.

Jesus fala sobre gratidão freqüentemente no *Um Curso em Milagres*, especialmente enfatizando que deveríamos ser gratos por todas as situações que nos deixam mais desconfortáveis, porque sem elas, não saberíamos que existe algo não curado em nós. Portanto, se você estiver transtornado com o que está acontecendo com alguém, irá entender agora – tendo Jesus instruindo-o – que essa pessoa se tornou a tela na qual você projetou alguma culpa que não quer ver em si mesmo, e, portanto, vê em outra pessoa. Esse é o desejo secreto que nossas projeções ocultam:

> *Ele* [o mundo] *é a testemunha do teu estado mental, o retrato externo de uma condição interna* (T-21.in.1:3-5).
>
> [A percepção] *É a figura exterior de um desejo, uma imagem que tu querias que fosse verdadeira* (T-24.VII.8:12-13).

Expor esse desejo de ver a imagem do seu irmão pecador como verdadeira é a dádiva que os seus relacionamentos lhe trazem. É isso o que Jesus quer dizer quando fala que seu irmão é o seu salvador, não por causa de qualquer coisa que ele esteja fazendo ou dizendo, mas simplesmente porque o seu relacionamento com ele está trazendo a oportunidade de olhar para algo em você mesmo para o que não estava olhando antes.

P: Tenho trabalhado muitos julgamentos com outra pessoa e estou em paz, quando me voltar para o meu ego, todos os pensamentos assassinos vão retornar?

R: Sim. O ego é um sistema de pensamento em cem por cento – ele não diminui. Ele é ódio e assassinato o tempo todo e, portanto, se você voltar ao sistema do seu ego, estará de volta ao ódio e assassinato. O que muda conforme você progride no Curso – e não existe forma objetiva de medir isso – é a quantidade de tempo que passa com seu ego, em oposição à quantidade de tempo que passa com o Espírito Santo. Quando você está em seu ego, é o ego totalmente desenvolvido. De forma similar, quando está com Jesus, existe apenas amor, porque não existe nada mais. Tudo o que muda é a quantidade de tempo que você escolhe passar sendo insano – pode ser vinte e três horas em um dia, e você diminui para vinte e duas horas e quarenta e cinco minutos. Estou sendo brincalhão, é claro – isso não é realmente quantitativo -, mas é o tempo que passamos com o ódio ou com o amor que muda.

Portanto, você poderia ter trabalhado com muito ódio em relação a alguém, então, agora vê essa pessoa como companheira na jornada, nada diferente de você. Então, de repente, você fica com medo e cai de volta no ego e procura uma briga. O que pode ser diferente agora é que você está consciente de que simplesmente ficou com medo, e seu estado atual é diferente de como você estava antes. Seu ataque, portanto, pode não ser tão intenso, ou a freqüência e duração não ser tão grandes como costumavam ser. No entanto, quando você está com o seu ego, está em sua totalidade, e se torna odioso, cruel e desprezível. O que iria mudar é que você não vai acreditar nele tão fortemente quanto costumava fazer. Alguma coisa está faltando, a energia não está lá, porque parte de você sabe que isso é inventado.

P: Todas essas técnicas ou conceitos podem ser aplicadas a nós mesmos quando estamos doentes?

R: Sim, totalmente. De fato, essa é uma condição excelente para praticar. Uma reação típica quanto um estudante do *Um Curso em Milagres* fica doente é tentar analisar a culpa, dessa forma, julgando-a. lembre-se da linha familiar no Capítulo 18, onde Jesus diz:

> *Ainda estás convencido de que a tua compreensão é uma contribuição poderosa para a verdade e faz dela o que ela é* (T-18.IV.7:7-8).

Jesus não tem em grande conta nossa capacidade de compreensão! A idéia não é tentar entender por que você está doente ou o que está acontecendo, só saber que qualquer coisa que esteja acontecendo no seu corpo ou na sua vida está vindo da doença de acreditar que você está melhor por conta própria. *Isso* você deveria saber, porque Jesus realmente lhe ensina isso aqui. Uma vez que você compreenda que sua doença é o fato de você ter empurrado Jesus e seu amor para longe, ficará óbvio que sua cura repousa em convidá-lo a voltar. É muito simples. Quer você julgue a si mesmo ou aos outros, é a mesma doença. Como eu já disse repetidamente, porque Jesus diz isso repetidamente, que é o motivo pelo qual esse curso é simples – todos os problemas são o mesmo, não importando sua forma, e então, todas as soluções são a mesma, não importando sua forma. Portanto, isso funciona para você mesmo, assim como para suas percepções em relação aos outros.

A Cura como o Desfazer da Separação

Eu gostaria de ler uma linha do panfleto *Psicoterapia*, na seção chamada "A definição de cura". Gosto de lê-la quando dou um workshop sobre psicoterapia. É uma afirmação notável sobre cura, que não diz absolutamente nada sobre o paciente. Jesus apenas afirmou que o objetivo final da psicoterapia é a percepção de que a falta de perdão é o único problema e, portanto, o perdão é o que cura. Então, ele pergunta como esse objetivo pode ser alcançado, e responde. Esse é mais um dos trechos onde Jesus nos diz, em uma única sentença, como seu curso é aprendido, e o que é necessário para atingir seu objetivo. E agora, ele diz a todos os terapeutas, o que inclui todas as pessoas, como podem atingir esse objetivo final de perdão:

> *O terapeuta vê no paciente tudo o que ele não perdoou em si mesmo e assim lhe é dada uma outra chance de olhar para isso, abri-lo para reavaliação e perdoá-lo* (P-2.VI.6:2-5).

É assim que a terapia cura, que os relacionamentos curam, e que um professor de Deus cura. Percebam novamente que Jesus não diz absolutamente nada sobre o paciente: *"O terapeuta vê no paciente tudo o que ele não perdoou em si mesmo"*. Implícito nisso, é claro, está o fato de que por ter pedido ajuda a Jesus, o terapeuta tem outra chance de olhar para o que secretamente ocultou em si mesmo, porque ele agora o está vendo em outra pessoa.

Portanto, ficar transtornado ou entediado com o seu paciente, ou preocupado em relação a um amigo que está morrendo de câncer, ou AIDS, ou que tenha acabado de dar uma topada, é uma bandeira vermelha sinalizando que existe algo não curado em você mesmo, e que você agora tem outra oportunidade de reavaliá-lo e acessar seus valores e prioridades. Olhar com a ajuda de Jesus é o que torna o perdão possível. Nada é dito sobre julgar o paciente – fazer com que se sinta culpado. Tudo é dito, no entanto, sobre o terapeuta ser curado. De fato, o panfleto todo é sobre isso, porque, uma vez que a mente do terapeuta seja curada, ele vai permitir que o verdadeiro Curador cure através dele.

O papel do terapeuta não é ser brilhante em seu julgamento de outra pessoa, mais do que seria ser brilhante em analisar por que alguém está doente ou não está melhorando. Seu papel é simplesmente estar ciente que sua preocupação em relação a outra pessoa é uma projeção de algo não curado em si mesmo. Uma vez consciente disso, ele então terá uma base significativa para pedir a ajuda de Jesus – não para ajudá-lo a olhar para a outra pessoa de forma diferente, ou para ajudá-lo a dizer a coisa mais amorosa, mas para ajudá-lo a perdoar a si mesmo. Nesse ponto, então, tudo o que ele disser será amoroso e benigno.

Como uma ilustração desses princípios, eu gostaria de me referir a uma discussão que tive há muitos anos com uma dupla de profissionais, David e Anne, que trabalhavam em um hospital psiquiátrico. Nossa discussão veio durante meu workshop sobre "Curando o Curador não Curado". Eles queriam rever comigo como estavam lidando com os administradores do hospital, que eles pensavam estarem cometendo sérios equívocos em sua abordagem aos pacientes. David e Anne sentiam que não era sua responsabilidade ajudar a corrigir essa situação administrativa.

O objetivo da administração era ganhar dinheiro, não ajudar pessoas, o que não deveria ser surpresa para ninguém; e isso envolvia políticas inconfessáveis tais como manter os pacientes no hospital por um tempo mais longo do que o necessário, pelo fato do seu seguro saúde não ter se esgotado ainda. Essa era uma forma muito comum dos hospitais ganharem dinheiro – novamente, sem surpresa alguma. Claramente, no nível da forma, isso não é útil; e tão claro quanto isso, no nível da forma, a atitude de David e Anne era uma tentativa de serem úteis, porque sua preocupação era ajudarem seus pacientes. Havia uma falha – muito séria – em seu argumento, no entanto, e é sobre isso que eu gostaria de falar com vocês.

Novamente, na superfície (a forma), eles pareciam estar fazendo a coisa certa. No entanto, sob a superfície, ficava igualmente claro que algo mais estava acontecendo: eles, com efeito, queriam matar a administração! Esse é um ligeiro exagero, mas o conteúdo estava lá, ainda que a forma fosse silenciosa. Esse, incidentalmente, é um dos sinais de um curador não curado: a crença em que a forma é importante. O equívoco de David e Anne foi em se esquecerem de que a razão pela qual estavam no hospital não era curarem os pacientes que eram encaminhados a eles. A razão pela qual estavam trabalhando no hospital era curarem a administração. Eles só estavam abordando isso da maneira errada. Quando vista no nível do conteúdo, a cura é união. David e Anne tinham concebido seu trabalho como unirem-se aos seus pacientes, mas como pobres vítimas que precisavam desesperadamente da sua ajuda. Esses pacientes não apenas eram vitimados por suas circunstâncias, mas também pelos administradores do hospital, que agora eram vistos como as pessoas más, em oposição às boas, isto é, David e Anne, e todos os outros que se importavam com eles.

O que David e Anne se esqueceram, o que todos nós nos esquecemos, é que nosso propósito é a união, mas ela nunca é encontrada no nível da forma, mas apenas no nível do conteúdo. Isso significa que não podemos nos unir a uma pessoa ou grupo se estivemos entrincheirados contra outro. Unir-se a uma pessoa em oposição a outra é a forma perfeita de parecer estar engajado na cura, mas fazendo o oposto exato. É isso o que o panfleto *A Canção da Oração* chama de *"cura-para-separar"* (C-3.III.2:1): eu sou o curador, e tenho algo que você não tem; estou vendo-o como separado de mim, mas, no entanto, estou tentando ajudá-lo. Nesse sentido, esses curadores vão acabar acreditando que são deuses, com o poder e conhecimento de dispensar a cura quando e onde eles escolherem, esquecendo de que:

> *Deus não conhece a separação. Ele tem o conhecimento de que tem apenas um Filho* (P-2.VII.1:8-9).

E cada um na situação de David e Anne – administração, equipe, pacientes – é parte do Filho único de Deus. Excluir um é excluir a todos, uma vez que o Filho de Deus não pode ser dividido e permanecer como Deus o criou.

Portanto, David e Anne estavam tentando curar, unindo-se ao grupo de pacientes, mas estavam separando-se da administração através dos seus julgamentos. A cura não poderia acontecer dessa maneira. O que eles fizeram foi dividir sua percepção da Filiação entre bons e maus. E isso aconteceu porque ficaram aprisionados na armadilha, como todos nós fazemos, de confundir forma com conteúdo. Eles sentiam que seu trabalho era fazer o que foram treinados para fazerem, que era curar os mentalmente doentes. Mas esse não é o trabalho que Jesus "designou" a eles. Isso era o que eles eram pagos pelo mundo para fazer, mas ele queria que eles curassem suas mentes da crença na separação. Uma vez que isso é aceito como nosso objetivo e único propósito e função, fica claro que se estivermos envolvidos em uma causa que está nos jogando contra outra pessoa – onde nosso ponto de vista, que difere do de outra pessoa, torna-se soberano -, tudo o que estaremos fazendo é continuar a dividir e separar. E isso significa que estaremos fazendo o oposto exato do que realmente queremos fazer. Não apenas, então, não poderemos ser um instrumento de cura para a pessoa fora de nós, mas obviamente também não poderemos ser curados.

Isso funciona com todos, quer você esteja sendo pago como um profissional da cura mental de uma forma ou de outra, ou simplesmente se vir a si mesmo como um ajudante para os outros. Isso funciona para qualquer coisa na qual estejamos envolvidos. Quando você acredita que o que importa é a tarefa – o que sempre implica que você sabe melhor do que qualquer outra pessoa -, esse é outro sinal claro de que está ouvindo o seu ego. Agora, em algum nível, você pode sentir que sabe melhor. Por exemplo, se alguém com quem você está diz que dois mais dois é igual a cinco, você dirá que não, que dois mais dois é igual a quatro. Existe uma parte de você que sabe que *você sabe* que dois mais dois é igual a quatro, mas então, você não cria um grande caso em relação a isso. Essa é a questão. Como eu já disse várias vezes, *Um Curso em Milagres* não está nos ensinando a negar que existem diferenças. Ele está nos ensinando a não transformarmos essas diferenças em uma grande coisa.

E então, David e Anne claramente diriam – e poderiam encontrar inúmeras pessoas que concordariam com eles, sem dúvida – que estavam certos, que a coisa mais amorosa a se fazer era liberar um paciente que estivesse pronto para ir para casa, e não deixar que seu seguro saúde fosse um fator importante. Mas eles estariam errados, porque o que estariam realmente fazendo era se separarem da administração. Na seção intitulada *"A correção do erro"*, Jesus diz que o Filho de Deus nunca está errado – seu ego pode estar errado, mas seu trabalho ainda é dizer a ele que está certo (T-9.III.2). É claro, isso nem sempre significa no nível da forma. Não é útil dizer a um estudante da terceira série que ele está certo em pensar que dois mais dois é igual a cinco – isso não vai ajudá-lo a viver no mundo. Mas existe uma maneira de dizer a ele que dois mais dois é igual a quatro, sem também lhe dizer que ele, *como uma pessoa*, está errado. Você não tem que atacar. Antes de corrigir o erro de alguém, você primeiro quer se certificar de que sua mente está unida à mente daquela pessoa.

Então, novamente, a tarefa de David e Anne era se unirem à administração primeiro. Se eles não o fizerem, não vão ser úteis para ninguém no hospital. Eles então apenas iriam continuar a separar infinitamente. A questão não é o que David e Anne *fazem* (o nível da forma). A questão é que dentro de si mesmos (nível do conteúdo), eles não guardam mágoas e escolhem um grupo contra o outro. Lembrem-se, qualquer um que esteja nesse mundo está automaticamente errado, e então, tomar partido é dizer que alguns grupos estão mais errados do que outros;

que *existe* uma hierarquia de ilusões. Fazer isso é estar errado mais uma vez. Estamos todos errados da mesma forma, e estamos todos certos da mesma forma.

Portanto, se você ficar ciente de que está procurando briga – polarizar uma situação -, perceba de que está fazendo isso para se manter distante do Amor de Deus, e então, pergunte a si mesmo se é isso realmente o que quer. A resposta é óbvia. Se você estiver empenhado em se unir ao Amor de Deus e sentir essa Presença pacífica, a única forma possível é se unir às pessoas que você transformou em inimigos. Esteja ciente de que está empurrando-as para longe porque essa é a forma de empurrar Deus para longe, e você não quer mais fazer isso. Nesse ponto, seria muito difícil justificar o fato de estar zangado. O que é realmente necessário é representar completamente o propósito da sua vida. Quer você esteja trabalhando em um hospital ou na General Motors, não importa. O que é necessário é repensar, re-experimentar, e re-estruturar o motivo pelo qual você está aqui. Você está aqui simplesmente para desfazer os pensamentos de separação na sua própria mente, e liberar seus julgamentos, e a forma não importa. Se você quiser ser útil, então, precisa experienciar uma união e não um senso de oposição. É isso o que está por trás dessas linhas muito importantes no texto, *"Não confie em tuas boas intenções. Elas não são suficientes"* (T-18.IV.2:1-2).

3. Ser um Professor da Benignidade

Passamos agora para a subseção chamada *"A função do Professor de Deus"* (MP-5.III),que se focaliza na nossa função como professores avançados de Deus, aqueles que já progrediram o suficiente ao longo do caminho em que eles, como Jesus, benignamente representam a Expiação para os outros. As duas seções anteriores desse capítulo estão dirigidas ao nosso reconhecimento de que a doença não está no corpo, mas na mente. Agora, Jesus pergunta:

(MP-5.III.1:1-2) Se o paciente tem que mudar a sua mente para ser curado, o que faz o professor de Deus?

Para os propósitos da nossa discussão, vamos considerar como professor de Deus qualquer pessoa diante de alguém que está doente, transtornado ou sobrecarregado com problemas.

(MP-5.III.1:2-3) É capaz de mudar a mente do paciente por ele? É claro que não.

Seu trabalho não é convencer os outros de que sua doença é uma defesa contra a verdade; nem é mudar as mentes das pessoas para que elas compreendam que o mundo é um sonho, e elas são seus sonhadores, sonhando com a doença, raiva e morte.

(MP-5.III.1:3-13) Para aqueles que já estão dispostos a mudar a própria mente, o professor não tem função, a não ser a de se regozijar com eles, pois vieram a ser professores de Deus com ele. Ele tem, porém, uma função mais específica para com aqueles que não compreendem o que seja a cura. Esses pacientes não se dão conta de que escolheram a doença. Ao contrário, acreditam que a doença os escolheu. E nem têm a mente aberta em relação a isso. O corpo lhes diz o que fazer e eles obedecem. Não têm idéia do quanto esse conceito é insano. Se eles apenas suspeitassem disso, seriam curados. Entretanto, de nada suspeitam. Para eles, a separação é real.

Podemos conhecer a teoria muito bem – a de que nunca estamos transtornados pela razão que imaginamos, por exemplo (LE-pI.5) -, mas Jesus está nos dizendo que nossa função não é mudar as mentes das pessoas. Não estamos tentando convencê-las de que *Um Curso em Milagres* é um caminho espiritual melhor do que qualquer outro que estejam seguindo. Da mesma forma, não estamos tentando lembrá-las, se elas forem estudantes do Curso, do que se esqueceram. Esse é o nosso propósito:

(MP-5.III.2:1-2) O professor de Deus vem a eles [aqueles que estão doentes] **para representar uma outra escolha, aquela que haviam esquecido.**

Sua única função é ser um lembrete para os outros de que eles podem fazer a mesma escolha que você fez – não necessariamente através das palavras, mas através do amor e da paz que demonstra a eles.

(MP-5.III.2:2-4) A simples presença de um professor de Deus é um lembrete. Os seus pensamentos solicitam o direito de questionar o que o paciente aceitou como verdadeiro.

O paciente – realmente todos nós – aceitou o sistema de pensamento do ego como verdadeiro. Para nós, individualidade é não apenas um valor; é um fato consumado. Da individualidade vem o pecado, a culpa e o medo, e nossos mundos, pessoal e coletivo. Nós aceitamos tudo isso como verdadeiro porque nos esquecemos de onde viemos; tudo o que sabemos é que viemos aqui como corpos, sobrecarregados com um batalhão aparentemente inesgotável de problemas. Nós nunca nem mesmo questionamos a premissa básica sobre a qual nossa existência repousa: isto é, a de que esse mundo é real.

Quando você está na presença daqueles cujas mentes estão curadas, eles lhe dizem, ainda que talvez não em palavras: "A mesma escolha que eu fiz você pode fazer, porque nossas mentes são uma". Para repetir essa advertência importante, a maior parte do tempo, você nunca chega realmente a dizer essas palavras. A presença do amor, que está fora do sistema de pensamento do ego é o que ensina – não por suas palavras, mas pelo professor que você escolheu na sua mente. Você ensina pela presença dentro de você. *O que* você ensina não importa. Você poderia estar ensinando *Um Curso em Milagres* e se dirigir a cada ponto teológico de forma correta, mas, se não houver amor em seu coração, não estará ensinando *Um Curso em Milagres*. Antes de ensinar verbalmente, você quer estar bem certo de que é o seu Professor que está ensinando através de você. Como Jesus diz no início do manual, todos ensinam o tempo todo (MP-in.1-2), mas estamos ensinando ou a partir do ego ou do Espírito Santo. Quando não estamos sendo benignos - isto é, quando julgamos, ou tentamos mudar a mente ou a vida de alguém -, estamos partindo do ego. A mudança é boa para o ego. Foi isso que nos trouxe aqui. Por outro lado, a mudança também se torna um símbolo tremendo de culpa e ansiedade pela mesma razão exata: foi ela que nos trouxe aqui. O ego nos pega dos dois jeitos. Mas a única coisa que ele nunca quer é que mudemos nossa mente!

> *Muitos montam guarda sobre suas idéias porque querem proteger seus sistemas de pensamento assim como são e aprendizado significa mudança. A mudança é sempre amedrontadora para os separados, pois não podem concebê-la como um movimento em direção a curar a separação. Eles sempre a percebem como um movimento rumo à maior separação, pois a separação foi a sua primeira experiência de mudança. Acreditas que, se não permitires que nenhuma mudança entre no teu ego, acharás paz* (T-4.I.2:1-8).

(MP-5.III.2:5-7) Como mensageiros de Deus, os Seus professores são os símbolos da salvação. Eles pedem ao paciente perdão para o Filho de Deus em seu próprio Nome. Eles representam a Alternativa.

A "Alternativa" é o Espírito Santo – a presença abstrata, não-específica- de Amor, de expiação, a memória de Deus em nossas mentes. Vocês podem se recordar de Jesus dizendo que o princípio da Expiação existe com efeito desde o início, mas que ele precisou de um ato para colocar o plano em ação, o que estabeleceu Jesus como seu líder (T-2.II.4:2-5; ET-6.2:4). Isso está dito de forma metafórica, pois um Deus não-específico não pode ter um plano específico com um líder específico. No entanto, pelo fato de acreditarmos que somos específicos, precisamos de algo específico para simbolizar para nós o amor abstrato em nossas mentes. O plano específico de Expiação, com Jesus como seu líder específico e professor, é a correção para o plano específico de separação, culpa e ataque do ego:

> *A completa abstração é a condição natural da mente. Mas parte dela agora não é natural. Ela não olha para tudo como um só. Ao invés disso,*

> *vê fragmentos do todo, pois só assim poderia inventar o mundo parcial que tu vês. O propósito de tudo o que vês é o de te mostrar o que desejas ver. A audição só traz à tua mente os sons que ela quer ouvir.*
> *Assim foi feita a especificidade. E agora, é a especificidade que temos que usar na nossa prática* (LE-pI.161.2; 3:1-3; grifos nossos).

Jesus, portanto, é a expressão específica daquele amor abstrato, assim como o seu curso. Uma vez que ele é a manifestação do Espírito Santo, nos pede que sejamos sua manifestação no mundo também (ET-6.1:1; 5:2-4). Somos solicitados através de todo o Curso para sermos a expressão específica daquele amor abstrato, e vocês podem se recordar, da Introdução, dessa linha maravilhosa do texto, onde Jesus diz: *"Não ensine que eu morri em vão. Ensine, em vez disso, que eu não morri, demonstrando que vivo em ti"* (T-11.VI.7:3). A maneira com que ensinamos a verdade do princípio de ressurreição não tem nada a ver com o corpo de Jesus. A ressurreição acontece na mente, quando nós despertamos do sonho da morte, o que significa que Jesus não morreu. De fato, ninguém pode morrer porque ninguém já viveu – não existe vida dentro do sonho.

Portanto, Jesus nos diz para ensinarmos sua ressurreição, não através de pronunciamentos ou dominando a fundo a metafísica do *Um Curso em Milagres*, mas demonstrando que ele vive em nós. É assim que a verdade do Curso é ensinada. Para dizer ainda mais uma vez, se você não for benigno com alguém, estará dizendo àquela pessoa que Jesus está morto – e, se ele estiver vivo, certamente não está vivo em você; e, se ele não estiver vivo em você, não poderá estar vivo em mais ninguém – nós somos um.

É a sua benignidade que ensina muito, muito melhor do que qualquer domínio das complexidades do sistema de pensamento do ego. A benignidade é o que cura. Lembrem-se, a doença é separação e não tem nada a ver com o corpo. Não tentem julgar o estado da mente dos outros, pelo estado dos seus corpos, porque vocês não têm maneira de compreenderem o papel que aquele corpo em particular tem no plano geral de Expiação da pessoa. Como vimos no capítulo anterior, apenas Alguém Que esteja fora do tempo e do espaço, Que conheça o plano completo e tenha o domínio de todo o holograma pode ver como tudo se encaixa. Não existe forma de ninguém aqui poder saber isso. Portanto, no minuto em que tentarmos avaliar alguém de acordo com seu corpo, ou de acordo com o que faz ou diz, ou não faz ou não diz, nos tornamos a pessoa doente. *A doença não é do corpo.* A doença é da mente que acredita na separação, que acredita não apenas em julgamento, mas também que seu julgamento é correto. Como lemos:

> *O milagre será inútil se aprenderes somente que o corpo pode ser curado, pois não é essa a lição que ele foi enviado para ensinar. A lição mostra que a mente que pensou que o corpo pudesse estar doente é que estava doente; a projeção da culpa da mente para fora nada causou e não teve quaisquer efeitos* (T-28.II.11:7-11).

Negando a experiência de uma pessoa de um problema físico ou psicológico, negamos a ela a única esperança de mudança – o poder de sua mente. O corpo doente é a janela que se abre para a mente doente, oferecendo a chance de escolher outra vez. A benignidade facilita essa escolha; o julgamento a impede.

É importante estarmos certos sobre o que Jesus está ensinando. Ele não está simplesmente nos dizendo que não deveríamos julgar; na verdade, ele quer que compreendamos que julgar é impossível porque não temos meios de fazer um julgamento válido. Ao invés disso, ele quer que nos tornemos um símbolo da Alternativa, pelo amor e paz dentro de nós. Se existir amor em nós, outros vão experienciá-lo em nós, quer estejam aceitando-o conscientemente ou não. *Quando*

eles vão escolher aceitá-lo é decisão deles. Lembrem-se daquela passagem adorável relativamente no início do texto, onde Jesus diz:

> *Eu guardei toda a tua benignidade e todos os pensamentos de amor que jamais tiveste. Eu os tenho purificado dos erros que escondiam a luz que estava neles e os tenho conservado para ti na radiância perfeita que lhes é própria. Eles estão além da destruição e além da culpa. Vieram do Espírito Santo dentro de ti e nós sabemos que o que Deus cria é eterno* (T-5.IV.8:2-8).

É o seu amor que diz a outra pessoa: "Existe outro caminho. Existe algo mais dentro de você". Uma vez que nos identificamos com esse algo mais, tudo o que dizemos ou fazemos virá desse amor. Ainda que estejamos simplesmente lendo a lista telefônica, não fará qualquer diferença. Não é a forma, mas o conteúdo, como Jesus diz abaixo.

(MP-5.III.2:7-10) Com o Verbo de Deus em suas mentes, eles vêm para abençoar, não para curar os doentes, mas para lembrar-lhes do remédio que Deus já lhes deu.

Em *Um Curso em Milagres*, o *Verbo de Deus* é quase sempre associado à Expiação: perdão, o Espírito Santo – qualquer coisa que expresse a Correção para o sistema de pensamento do ego. Quando nos unimos a Jesus em um instante santo, nos tornamos um com ele; e ele nos diz no texto que é a correção, porque representa o fato de que a separação de Deus nunca aconteceu (T-1.III.1:1; T-8.V).

Se você tentar curar os doentes, estará tornando a doença externa real, o que significa que não estará prestando atenção à verdadeira doença na mente – o fato de termos feito a escolha errada. Permanecendo dentro do instante santo, eu digo a você, através do meu amor e da minha paz: "Existe outra escolha. Existe um remédio na sua mente que vai lembrá-lo do Amor de Deus, e de que você não se separou Dele". Novamente, o que meu corpo faz ou diz é irrelevante. Ele vai fazer e dizer qualquer coisa que for mais útil: uma palavra ou gesto benigno, intervenção médica ou psicológica, um sábio conselho.

(MP-III.2:10-11) Não são as suas mãos que curam. Não é a sua voz que profere o Verbo de Deus.

É o amor e a paz que estão em sua mente que falam o Verbo de Deus, que não tem nada a ver com as palavras vindo da sua boca, ou com a atividade do seu corpo. É claro, se colocar as mãos sobre alguém (imposição de mãos) for uma forma de manifestar o Amor de Deus a essa pessoa que é receptiva a essa forma, sem dúvida alguma, faça isso. Só não seja enganado, pensando que o comportamento é a cura. Da mesma forma, se fazer uma oração com alguém ajuda essa pessoa, faça-o. Novamente, não cometa o equívoco de pensar que a oração é o que cura.

Jung contou uma história sobre si mesmo quando estava trabalhando em um hospital psiquiátrico nos seus primeiros anos de trabalho. Havia uma mulher com quem ele não conseguia resultado algum em seu tratamento. Ela estava regredida e apenas ficava sentada em seu quarto – provavelmente uma cela -, e nada que o brilhante psiquiatra pudesse dizer a ela fazia qualquer bem. Finalmente, em sua humildade, ele disse a ela um dia, "Sabe, nada do que eu faço está ajudando você. O que você sugere?". Ela replicou: "Leia a Bíblia para mim". Jung era filho de um ministro que não era muito amoroso, e tinha muito pouca utilidade para a Bíblia.

Mas, a mulher disse, “leia a Bíblia”, e então o fez. Ela deixou o hospital logo em seguida.

Jung contou essa história como um exemplo de como um psiquiatra não sabe nada. Mas ele realmente sabia fazer o que a mulher disse que iria ajudá-la. E ela estava certa. Não foram as palavras da Bíblia que a curaram; e Jung especialmente não acreditou no que estava lendo. Mas o que ele fez foi expressar amor e ajuda na única forma que a mulher podia aceitar; uma forma que era a única coisa útil que ele poderia fazer naquele ponto, porque tudo o mais que ele pensou que pudesse ajudar não o fez. Sua união benigna no nível da mente expressou-se através de sua leitura da Bíblia para uma mulher que acreditava nela.

Nesse mesmo sentido, um homem em uma de minhas aulas falou sobre sua experiência com um amigo que estava morrendo:

> Ele me pediu para orar com ele. Foi muito difícil, no sentido de que eu queria ser sincero no que dizia e fazia com ele. Eu realmente queria orar para que algum milagre o curasse; e ele rezou por “mágica”. Foi muito difícil para mim me unir a ele nisso, mas eu o fiz de qualquer forma, sabendo que estava rezando pelo medo dele de falecer. Então, estive imaginando se isso foi útil para ele: eu pude ajudá-lo de qualquer forma, uma vez que não foi genuíno?

E eu respondi:

> Acho que você complicou isso, porque misturou a forma e o conteúdo. A forma foi a de que seu amigo acreditava em mágica e queria a intervenção de um Deus mágico, e você teve um conflito sobre isso. A questão realmente não tem nada a ver com isso. Tudo o que seu amigo estava pedindo era que você se unisse a ele. Agora, ele talvez não tenha pensado sobre isso conscientemente, mas era isso o que realmente queria, o que significa que o conteúdo era o de que você se unisse a ele. Ele tornou isso muito fácil para você. Estava basicamente dizendo, tudo o que você tinha que fazer era rezar dessa forma. O conflito foi que você continuou ouvindo a forma ao invés do conteúdo subjacente. Se você tivesse ouvido o conteúdo, teria rezado com ele sem qualquer conflito. Você teria lido a Bíblia para ele todos os dias, e teria dito todos os tipos de oração, escrito cartas a Deus, Papai Noel, ou a qualquer um que ele quisesse que você escrevesse. Essa era a forma dele, seu vocabulário – a única maneira de ele poder entender que você o amava e era um com ele.
>
> É a mesma idéia da passagem no *Um Curso em Milagres* que diz que se o seu irmão pede para você fazer algo ultrajante, faça-o [T-12.III.4]. Bem, seu amigo pediu algo ultrajante a você. Ele lhe pediu para executar uma mágica. E como essa passagem no Curso diz, você experienciou um forte senso de oposição, o que significou que estava apenas sendo tão mágico quanto ele. Ele acreditou que o fato de você rezar daquela forma iria salvá-lo. E a questão não é o fato de você ter rezado de forma alguma – em termos de forma. Ele realmente estava dizendo a você a forma – e, se você escutar, todos vão lhe dizer o que precisam, na forma em que precisam[3]. Isso é assim porque eles estão com medo demais do ponto de partida do conteúdo: Deus é. Bem, ninguém quer isso! Isso é aterrorizante demais. É isso o que o amor é. Ele não faz nada – ele é puro conteúdo, não-específico. Mas temos que permitir que esse amor abstrato, não-

[3] Recentemente, dei um workshop baseado no tema chamado “Cura: Ouvindo a Melodia”. Ele está disponível em fita cassete e CD.

específico, seja traduzido para nós em uma forma com a qual nos sentimos confortáveis. E, se você ouvir, as pessoas vão lhe dizer a forma. Então, seu amigo lhe disse a forma de que precisava.

A razão pela qual você hesitou e experienciou conflito é que você também estava com medo do amor. Não teve nada a ver com a forma, a teologia da oração, ou qualquer outra coisa como isso. Você simplesmente estava com medo do amor. Esse medo é o que nos faz sermos incapazes de ouvir os pedidos de amor das outras pessoas, e nós então imediatamente pulamos para a forma: "Eu não vou fazer isso; não é espiritual". No entanto, o que é espiritual é ouvir o pedido de alguém e se encontrar com ele na forma que possa aceitar, sem sentir medo.

Essa confusão entre forma e conteúdo é sempre onde os estudantes ficam presos, o que é responsável por aquelas histórias horríveis sobre o que os estudantes dizem: "Não vou levá-lo a um médico. O corpo é uma ilusão. Se eu levá-lo ao médico, estarei validando seu ego". O que você está realmente fazendo é querer que a pessoa morra! – mas chamando isso de alguma outra coisa; você está disfarçando isso e ocultando-o com um truque. Se as pessoas estão com dor, estão dizendo que a única forma de poderem aceitar amor é que você as leve ao médico. A coisa mais amorosa que você pode fazer é honrar seu pedido e levá-las, não lhes dar uma palestra sobre *Um Curso em Milagres*. Você ouve o chamado, e o chamado vem em uma forma, porque somos criaturas da forma. Mas, você usa a forma para refletir o conteúdo subjacente, que nunca muda.

Para resumir, as pessoas vão tornar isso muito fácil se você simplesmente escutar. Elas vão lhe dizer o que precisam. E se você experienciar resistência, não é pelo fato da forma não estar em concordância com você; é porque o conteúdo o aterroriza. E então, você usa a forma como uma desculpa para não exemplificar o conteúdo, que é amor.

Vamos ler algumas linhas que são particularmente relevantes para esses exemplos, e para o que Jesus está dizendo no manual. Elas aparecem bem no início do texto, em "A cura como liberação do medo":

> *O valor da Expiação não está na maneira na qual ela é expressa. De fato, se é usada de forma verdadeira, inevitavelmente vai ser expressada do modo que forma mais útil para quem recebe, seja ele qual for. Isso significa que um milagre, para atingir a sua plena eficácia, tem que ser expressado em uma linguagem que aquele que recebe possa compreender sem medo. Isso não significa necessariamente que esse é o mais elevado nível de comunicação do qual ele é capaz. Significa, contudo, que é o nível mais alto de comunicação do qual ele é capaz <u>agora</u>. Todo o objetivo do milagre é elevar o nível da comunicação e não descê-lo por aumentar o medo* (T-2.IV.5).

A mensagem de Jesus é a de que embora você possa acreditar que o *Um Curso em Milagres* contém as palavras mais santas jamais escritas, dizê-las a outra pessoa nem sempre é útil. Na verdade, as chances são as de que se alguém estiver angustiado, as palavras do Curso *não* vão ser úteis. O amor que inspira as palavras é sempre útil, no entanto, mas não necessariamente as palavras em si. Para reafirmar esse ponto crucial, se um amigo seu for um estudante do *Um Curso em Milagres* e estiver doente, então, claramente, essa pessoa entende que a doença é uma defesa contra a verdade, que a doença é realmente culpa, e assim por diante. Portanto, existe uma parte dela que vai se sentir culpada por estar traindo o Curso,

e agora ela vai ser punida por sua falha com a morte. Não importando o quanto esteja enganada em pensar assim, ainda vai se sentir dessa forma. Portanto, citar o Curso para ela é a pior coisa que você pode fazer, porque simplesmente vai aumentar seu medo e torná-la ainda mais culpada por não estar fazendo o que Jesus está lhe dizendo que deveria fazer. O que está realmente acontecendo é que *você* não estará fazendo o que Jesus lhe diz para fazer. *Você* não estará sendo benigno, e estará aumentado a culpa e o medo da pessoa, ao invés de diminuí-los. Em sua arrogância, você pode até pensar que é capaz do *"mais elevado nível de comunicação"*, mas a outra pessoa não. Quando você deixa alguém mais amedrontado ou culpado, obviamente não está agindo de forma benigna.

"Não são as suas mãos que curam. Não é a sua voz que profere o Verbo de Deus". Não é a forma do que você faz que é importante; é o amor com o qual você faz isso é que cura. Não aquele amor que tem qualquer poder mágico, pois tudo o que ele faz é lembrar a pessoa que está doente de que existe outra escolha. Qualquer um que acredita estar separado de Deus e em um corpo está doente! Lembrem-se, o propósito do *Um Curso em Milagres* é restaurar à nossa consciência o poder de escolha de nossas mentes. É por isso que já no final do primeiro capítulo no texto, Jesus diz *"esse é um curso de treinamento da mente"* (T-1.VII.4:1). Seu propósito é nos lembrar de que nossas mentes são extraordinariamente poderosas. Nós temos o poder de escolher acreditar que destruímos o Céu – não que *possamos* destruir o Céu, mas temos o poder de *acreditar* que o fizemos. Como uma reação a essa crença e a culpa resultante, reprimimos nosso poder, e, portanto, ele está enterrado em nossas mentes. Nós, portanto, precisamos de algo como *Um Curso em Milagres* para nos ensinar como trazê-lo à consciência. Uma vez tendo feito isso – escolhendo o Professor certo -, estaremos em uma posição de ser um modelo e um exemplo para os outros. Estaremos demonstrando que eles podem fazer a mesma escolha que fizemos. Você não precisa dizer nem uma palavra sobre o Curso, Deus, espiritualidade, ou sobre a mente e o corpo. Você simplesmente precisa ser amoroso. De tal benignidade vem o Reino de Deus na terra.

(MP-5.III.2:11-12) Eles meramente dão o que lhes foi dado.

O que nos foi dado foi amor. Lembrem-se, nós só temos duas emoções – uma feita por nós e outra que nos foi dada (T-13.V.10:1). Amor e medo têm coexistido em nossas mentes, mas foram separados. Nós agora somos capazes de ver que ambos estavam lá. Nós escolhemos contra o medo, a favor do amor, aceitando o que Deus nos deu. E nós agora servimos como modelos para a escolha que outros podem fazer.

(MP-5.III.2:12-14) Com muita gentileza apelam para o seus irmãos para se afastem da morte: "Contempla tu, Filho de Deus, o que a Vida pode te oferecer. Escolherias a doença ao invés disso?".

É isso o que nós dizemos, não em palavras, mas em conteúdo. Por meu cuidado, benignidade e amor, ofereço a você um exemplo do que você pode escolher ao invés da dor. Eu não o faço escolher isso, eu não o faço se sentir culpado se não o fizer. Eu lhe ofereço outra oportunidade de ver que é possível experienciar a si mesmo nesse mundo com um entendimento crescente de que você não é desse mundo, o que significa que pela primeira vez você vai sentir esperança de que pode ser feliz, não por mudar suas circunstâncias aqui, mas mudando sua mente sobre essas circunstâncias – sua interpretação e reação a elas. Eu fiz isso pelo menos nesse instante, o que lhe mostra que é possível.

Conforme eu o demonstro a você e aos outros, o fortaleço em mim mesmo, de tal forma que quando eu me esquecer e ficar com medo, e na minha insanidade

acreditar que estou melhor ficando separado do amor, agora tenho um ponto de referência em mim mesmo para o qual me voltar. Eu posso me lembrar: “Você sabe, quando escolhe Jesus, e escolhe contra o ego, se sente melhor. Tudo o que aconteceu agora é que eu outra vez me tornei insano, temendo a perda dessa coisa insignificante que chamo de mim mesmo. Estou me agarrando ao nada!”. Essa mesma escolha eu agora represento para você.

(MP-5.III.3:1-2) Nem uma vez os professores de Deus avançados consideram as formas da doença nas quais o seu irmão acredita.

Quer uma pessoa tenha uma fratura, câncer ou AIDS, não faz diferença, porque a doença não tem nada a ver com o corpo. A primeira lei do caos do ego é que existe uma hierarquia de ilusões (T-23.II.2). Então, se o sistema de pensamento do ego dirige meu pensamento, não vou fazer uma pessoa que deu uma topada se sentir culpada porque se esqueceu da Lição 136, mas, se uma pessoa tem câncer, eu realmente jogo isso na cara dela, porque câncer é sério! Jesus está nos ensinando o erro nesse tipo de pensamento: um corpo é um corpo, é um corpo, quer você tenha dado uma topada ou tenha um tumor: *“Nem uma vez os professores de Deus avançados consideram as formas da doença nas quais o seu irmão acredita”.*

Um professor avançado de Deus sabe e entende, tendo aprendido com o Espírito Santo que a doença é da mente, e não é nada além de uma decisão: “Eu sei melhor. Meu julgamento não apenas é real, ele é sábio; eu sou mais feliz quando estou por conta própria do que com Deus”. Um professor avançado reconhece a doença e então reconhece os sintomas da doença. O simples fato de você acreditar que é um corpo o torna doente, quer seu corpo esteja normal, saudável e funcionado perfeitamente, ou esteja se destruindo. Não pode haver julgamento entre níveis de doença (a forma que o corpo assume), exceto em insanidade.

(MP-5.III.3:2-4) Fazer isso [acreditar em uma hierarquia de ilusões] **é esquecer que todas têm o mesmo propósito e não são, portanto, realmente diferentes.**

Através de todo o *Um Curso em Milagres*, Jesus enfatiza que o propósito é tudo (e.g., T-17.VI.2:1-2; LE-pI.25,29). O propósito da mente errada de nascer em um corpo, morrer de câncer, AIDS, ou ataque cardíaco, ou ser atropelado por um carro é sempre o mesmo: provar que Deus está errado e eu estou certo. A forma não faz diferença. No entanto, essas “calamidades” podem servir ao propósito de perdão da mente certa, se permitirmos que o Espírito Santo nos ensine.

(MP-5.III.3:4-6) Eles buscam a Voz de Deus nesse irmão que quer tanto se auto-enganar ao ponto de acreditar que o Filho de Deus pode sofrer.

A maneira de você, como um professor avançado de Deus, buscar a Voz por Deus no seu irmão é ver com os olhos de Jesus. Ele olha além das formas, para os pensamentos de culpa e separação que estão protegidos pelas formas, e depois além, através dos pensamentos de culpa e separação, para o amor que é sua única realidade. Você então lembra seu irmão de que ele não fez a si mesmo, e precisa permanecer como Deus o criou. Lembre-se, o pensamento fundamental do ego, a premissa do seu sistema de pensamento, é que eu fiz a mim mesmo – eu sou meu próprio criador, o autor da minha realidade.

Então, você vai alcançar a Voz por Deus no seu irmão na extensão em que não for enganado pelas formas das suas defesas: seu corpo e tudo o que acontece dentro dele. Você entende que as atividades do corpo – qualquer problema que a pessoa esteja vivenciando – foram escolhidas como uma defesa contra o Amor de

Deus. Portanto, você vê através das camadas de defesa, que agora se tornam delgadas para você, frágeis, véus que não têm o poder de ocultar a luz (T-18.IX.5:4/ T-29.IV.4:11; LE-pI.138.11:3). Para o ego, essas defesas são "granito sólido" (T-22.III.3:4), não permitindo que você passe além delas. Você não as nega, mas entende a nulidade que são, e olha além delas, para a luz contra a qual elas estavam se defendendo.

Em resumo, a culpa em nossas mentes é uma concha contra o amor em nossas mentes, e nossos corpos são conchas contra a culpa. Nesse ponto, não importa em qual forma o corpo está – saúde perfeita ou falência total. Um corpo é um corpo, é um corpo! Ele é uma mera ilusão, uma defesa contra a culpa, e a culpa é uma defesa contra o amor.

(MP-5.III.3:7-8) Reconhecem que ilusões não podem ter nenhum efeito.

Nossos corpos, sem falar nas doenças e problemas que eles vivenciam, são a prova aparente de que as ilusões têm efeitos. A ilusão de estar separado de Deus, chamada de pecado, leva à culpa e ao medo, e a um mundo que é o seu efeito. Mas, se eu não levar os efeitos a sério, o que significa que não dou a eles o poder de tirarem o amor ou a paz de Deus de mim – especificamente, eu não dou à sua doença ou ao seu problema poder de tirar o amor e a paz de Jesus dentro de mim -, estarei dizendo a você que suas ilusões de ser separado de Deus não têm efeitos sobre mim. Mais uma vez, eu me torno um exemplo do que você pode alcançar, que se a compreensão de que "ilusões não podem ter efeitos" está dentro de mim, também está dentro de você, porque nossas mentes são unidas. Se o pecado é demonstrado como sem efeitos, ele não pode ser uma causa; e se algo não é uma causa, não existe. Sua crença no pecado – ser separado de Deus – não tem efeitos sobre mim. Se não tem efeitos sobre mim, não é uma causa. Se não é uma causa, não existe, o que significa que foi tudo inventado. Jesus expressa isso na linha adorável de "O pequeno obstáculo": *"Nenhuma nota na canção do Céu se perdeu"* (T-26.V.5:9-10). A separação não teve efeitos e, portanto, nunca aconteceu.

(MP-5.III.3:8-10) A verdade em suas mentes procura alcançar a verdade nas mentes de seus irmãos de tal modo que as ilusões não sejam reforçadas.

Essa afirmação não diz nada sobre o *meu* alcance. Eu não faço nada. É *a verdade em mim* que alcança os outros. Na realidade, ela nem mesmo "alcança". O Filho de Deus é um e, portanto, quando minha mente é curada – naquele instante santo de completa identificação com o Espírito Santo ou Jesus – eu sou um com a Filiação. *Alcançar* é a mesma idéia de Deus estendendo-Se, e criando Cristo, não é um fenômeno especial. O termo sugere algo espacial – estender-se para fora -, mas, quando Deus estende Seu Amor e faz nascer Cristo, Ele nem mesmo tem uma existência fora de Deus:

> *O que Ele cria não está à parte Dele, e em lugar algum o Pai chega ao fim para dar início ao Filho como separado de Si Mesmo* (LE-pI.132.12:5-7).

Isso não pode ser compreendido por uma mente identificada com um corpo, que está aprisionado em uma dimensão de tempo e espaço. No entanto, como Jesus diz ao falar sobre o passo final de Deus:

> *Isso é verdadeiro, mas é difícil explicar em palavras, porque as palavras são símbolos e nada do que é verdadeiro precisa ser explicado* (T-7.I.6:6-8).

De forma similar, a verdade, partindo de uma pessoa para alcançar a verdade em outra, não é realmente um alcançar. A verdade não vai a lugar algum. Sua unicidade simplesmente é. *Um Curso em Milagres* é escrito dessa forma porque ainda experienciamos a separação espacial: eu estou aqui e você está lá. Uma vez que compreendemos que as mentes são uma, sabemos que a verdade não alcança nada. Sua própria natureza é abarcar a mente da Filiação. Remover os bloqueios a essa extensão constitui a cura. Existem vários trechos no texto onde Jesus, ao falar tanto sobre o perdão quanto o milagre, diz a mesma coisa: isto é, que nossa tarefa é escolher o milagre do perdão, mas sua extensão através de nós não é nossa preocupação (e.g., T-16.II.1; T-27.V.1; T-28.I.11). Nós não fazemos nada. Se você pensar que está fazendo algo, ou estiver preocupado com o que está acontecendo com outra pessoa, sua mente está doente e não pode ser benigna, sem falar em curativa.

Você pode se lembrar que mais adiante no manual, na seção intitulada *"A cura deve ser repetida?"*, Jesus explica, com uma afirmação muito desafiadora, que se você estiver preocupado com alguém que não foi curado por você, sua preocupação não é o que parece ser: é realmente ódio.

> *Uma das mais difíceis tentações a ser reconhecida é que duvidar de uma cura devido à permanência da aparência de sintomas é um equívoco na forma de falta de confiança. Como tal, é um ataque. Usualmente, parece ser exatamente o oposto. À primeira vista, de fato não parece razoável ser advertido de que a persistência da preocupação é um ataque. Tem todas as aparências de amor. No entanto, o amor sem confiança é impossível e dúvida e confiança não podem coexistir. E o ódio tem que ser o oposto do amor, independentemente da forma que tome. Não duvide da dádiva e é impossível duvidar do seu resultado. É essa certeza que dá aos professores de Deus o poder de serem trabalhadores de milagres, pois depositaram a sua confiança Nele* (MP-7.4).

Sua preocupação deveria ser simplesmente sair do caminho. Como Jesus diz no final do livro de exercícios, em uma linda passagem, nossa preocupação é apenas em dar boas-vindas à verdade (LE-pII.14.3:7). Nós damos boas-vindas à verdade, liberando as interferências a ela. Elas, portanto, são trazidas à verdade; a verdade não é trazida a elas. As ilusões são levadas à verdade; a verdade não é levada às ilusões. Quando você tenta curar a doença de alguém no nível da forma, ou quando está preocupado com a doença de alguém e a julga, está trazendo a verdade à ilusão. Isso não leva a nada, mas impede a verdade de curar a ilusão.

Jesus e o Espírito Santo não estão no corpo ou no mundo. Eles não olham para os sintomas físicos, e você deveria ser grato pelo fato de não o fazerem. Eles são o princípio curativo na mente, onde a doença está. Portanto, novamente, você traz a ilusão à verdade; em outras palavras, quando você tem a ajuda de Jesus e vê através dos seus olhos, olhará através da ilusão do pensamento da doença para a verdade em si. Mas você precisa olhar para a ilusão primeiro, e liberar seus julgamentos; de outra forma, escolher contra não tem significado.

(MP-5.III.3:11-13) Assim são elas dissipadas, não pela vontade de um outro, mas pela união da Vontade Única Consigo Mesma.

Não é *sua* vontade, luminosidade ou energia curativa, nem a radiância da *sua* aura, o sopro de ar quente que sai das *suas* mãos, ou *sua* habilidade de citar o capítulo e trechos do Curso que faz qualquer coisa. Na verdade, *você* é irrelevante. Enquanto você pensar que é especial, obviamente está tão doente quanto a outra

pessoa. Sua tarefa, mais uma vez, é tirar a si mesmo do caminho. O que cura é *"a união da Vontade Única Consigo Mesma"*. No instante santo, quando sua mente está sã e você está com Jesus e identificado com sua visão, você representa a unidade da Filiação. É isso o que cura - a lembrança de que a Filiação é uma e não foi separada. A função dos professores de Deus é não ver nenhuma vontade como separada da sua própria, nem nenhuma delas como separada de Deus. Recordem-se do exemplo de David e Anne, e como sua lição era aprender que ninguém em sua situação – administração, equipe ou pacientes – era separado de ninguém mais.

Novamente, a cura é a experiência, tão breve quanto possa ser, de que a mente é uma; e se a mente do Filho de Deus é uma, não existe separação; não existe pecado, culpa, medo, mundo, corpo e doença. O que é tão difícil, como os estudantes dizem o tempo todo, é abrir mão da nossa identificação com o corpo. Nós pensamos que vivemos dentro dele e que se não tivermos o suficiente para comer, ou oxigênio suficiente para respirar, algo ruim vai acontecer. É extremamente difícil entender, e certamente vivenciar, que não somos nossos corpos. É por isso que essa compreensão requer muito trabalho duro, e muita gentileza e benignidade em relação aos outros e a nós mesmos. Você precisa ser gentil consigo mesmo, compreendendo e respeitando seu próprio medo, sem falar no medo dos outros.

Muito importante: nenhum desses ensinamentos deveria ser visto como significando que você não deveria prestar atenção ao que a outra pessoa está lhe dizendo, ou que ignore seu sofrimento. O cerne do ensinamento é que você não deixe as circunstâncias, tão horríveis quanto possam ser, afetarem o amor e a paz de Jesus dentro de você. Se puder fazer isso, não poderá deixar de ser benigno com todos – não apenas com grupos *específicos*, pessoas *específicas,* em dias *específicos*, dependendo de seus sintomas *específicos*, ou situações *específicas*. Você será benigno com *todos*, *o tempo todo*, porque existe apenas benignidade dentro de você. Obviamente você não pode manifestar a benignidade a cada uma das cinco bilhões de pessoas no planeta, mas pode, em sua mente, não excluir ninguém. Você vai demonstrar que a benignidade em relação a qualquer pessoa é parte da sua sala de aula – e que você não escolhe quem está nela e quem não está. O ponto de partida é sempre deixar Jesus ser nosso professor; pois então, é através dos seus olhos de que você verá, e é através do seu amor que você vai agir e falar. Ele diz na Introdução à quinta revisão no livro de exercícios:

> *Pois é só disso que preciso, que ouças as palavras que digo e as dês ao mundo. Tu és a minha voz, os meus olhos, os meus pés, as minhas mãos, através das quais eu salvo o mundo* (LE-pI.rvV.in.9:1-4).

O mundo que é salvo é o mundo da mente doente, que acredita ser separada. Enquanto essa mente doente acreditar que é um corpo que interage com outros corpos, o pensamento curativo de amor precisa ser expresso na forma específica na qual acreditamos estar: o mundo e o corpo. Nosso trabalho então, quando nossas mentes são curadas, é estarmos presentes para outras pessoas em qualquer forma ou em qualquer nível que for confortável para elas, mas sabendo que nós não estamos realmente lá, que estamos *em* um mundo, mas não somos *dele*. Nossa identidade e nossa realidade naquele momento são com a mente e seu amor, que representam a unicidade do Filho de Deus. Essa é a mensagem que queremos passar.

P: Se estarmos em nossa mente certa nos torna tão pacíficos e amorosos, por que isso não dura?

R: Por que não podemos fazer essa paz durar, se é tão maravilhosa? Porque existe uma parte da nossa mente que é insana, que não acredita que a paz e o amor são maravilhosos. Lembrem-se, o ego começou no instante em que o Filho decidiu fugir da paz e do amor e escolheu o conflito. Na verdade, o sistema de pensamento do ego é construído sobre o conflito: eu matei Deus, e agora Ele vai se erguer dos mortos e me matar. A fundação do nosso mundo é o pensamento de que eu posso escapar do conflito. Eu o projeto da mente, e agora meu corpo está em conflito com tudo. Você não pode ter conflito e estar com a paz e o amor. A idéia, então, é perceber o equívoco em escolher o conflito e a dor ao invés do amor e da paz. Uma vez que você tenha tido uma experiência de amor e paz, achará muito mais difícil levar o seu ego a sério. Mas ainda existe uma parte sua que diz, "É melhor ter cuidado! Se você continuar com esse cara, Jesus, não será mais você mesmo".

P: Sabe Deus o que eu serei!

R: Certo! Esse é o problema! O medo é o de que se você continuar com isso, vai perder sua identidade. Mas quando você teve a experiência do amor, e nessa experiência todos os seus problemas desaparecem, será quase impossível em longo prazo levar seus problemas muito à sério novamente. Essa também é a base do medo de melhorar que muitas pessoas sentem. A primeira parte da seção do manual que estivemos discutindo descreve a cura do ponto de vista da mente errada, onde, em relação a Deus, a doença e a dor são valiosas pelo fortalecimento que elas conferem ao sofrimento:

> *Dentro dessa convicção insana, o que representa a cura? Simboliza a derrota do Filho de Deus e o triunfo do seu Pai sobre ele. Representa o derradeiro desafio em forma direta que o Filho de Deus é obrigado a reconhecer. Simboliza tudo o que ele quer esconder de si mesmo para proteger a sua "vida". Se for curado, é responsável por seus pensamentos. E se é responsável por seus pensamentos, será morto para provar para si mesmo o quanto é frágil e digno de pena. Mas se ele próprio escolhe a morte, sua fraqueza é sua força. Agora ele se dá o que Deus lhe daria e assim usurpa inteiramente o trono do seu Criador* (MP-5.I.2).

Em outras palavras, se minha identidade é construída sobre a doença e problemas, a cura significa liberar a identidade do meu ego, por trás da qual está a "terrível" verdade de que Deus estava certo e eu errado. Portanto, a cura, como o parágrafo acima afirma, reflete que eu sou responsável pelos meus pensamentos, e se isso é assim, ninguém mais o é, o que significa que Deus vai me pegar. Eu, portanto, estarei muito melhor ficando doente, porque então, posso dizer a Deus: "Veja, você não precisa me punir; eu já estou sofrendo o suficiente". Essa é uma manobra inteligente, mas cruel do ego, que basicamente diz a Deus: "Não se intrometa! Eu não quero o seu amor. E também não preciso que você me puna, porque *eu* vou me punir!". Portanto, quero ficar doente. E então, liberar os sintomas se torna uma grande ameaça.

Nós encerramos esse capítulo sobre ser um professor da benignidade com essa adorável citação do texto. Tomei a liberdade de mudar quatro palavras:

> *Professores da benignidade, cada um a seu modo, uniram-se assumindo a sua parte no currículo unificado da Expiação. Não há nenhuma unidade de metas no aprendizado à parte disso. Não há conflito nesse currículo, que tem apenas um objetivo, seja qual for a forma como é ensinado. Cada esforço feito a seu favor é oferecido com o propósito único de liberar da culpa para a glória eterna de Deus e de Sua criação. E cada benignidade*

> *que aponta para isso aponta diretamente para o Céu e para a paz de Deus. Não há nenhuma dor, nenhum julgamento, nenhum medo que a benignidade possa falhar em superar. O poder do próprio Deus apóia essa benignidade e garante os seus resultados sem limites* (adaptado de T-14.V.6).

Que melhor forma de estruturar nosso dia do que nos lembrarmos desse currículo sem conflitos da benignidade, o caminho gentil, não-julgador, para o Céu e a paz de Deus.

Conclusão

"Uma oração a Jesus" – Jesus como nosso modelo de benignidade

Emulando a benignidade e o Amor do nosso Criador, e lutando para sermos benignos uns com os outros – partindo da nossa escolha de não vermos os interesses de ninguém como separados dos nossos próprios -, nós refletimos a decisão de nossas mentes de terem a disponibilidade de aprender o quanto estivemos errados em acreditar que negando o amor seríamos mais fortes. Aprendendo a aceitar a benignidade consistente de Jesus em relação a nós, iríamos desejar apenas que a mesma benignidade se estendesse *através* de nós. Como ele nos diz:

> *Estende a tua mão para que possas ter a dádiva do perdão benigno que ofereces àquele, cuja necessidade de perdão é exatamente a mesma que a tua. E permite que o teu cruel conceito de ti mesmo seja mudado para outro, aquele que traz a paz de Deus* (T-31.VII.5:9-13).

A simples regra do Lama de Shangri-La – *Seja benigno* – também deveria ser o princípio guia dos estudantes do *Um Curso em Milagres* que buscam aprender e praticar os ensinamentos de perdão de Jesus. Dessa forma, nossa crença auto-centrada na necessidade de raiva e julgamento é desfeita, substituída pela benignidade amorosa que Jesus sempre teve conosco. No lindo poema *As Dádivas de Deus*, lemos as palavras reconfortantes de Jesus, conforme ele nos instiga a receber suas benignas dádivas de perdão, trocando-as pelas dádivas cruéis do ódio:

> *Dê-me essas coisas sem valor* [coisas de difamação] *no instante em que as vir através dos meus olhos e entender seu custo. Então, jogue fora esses sonhos amargos conforme os percebe agora, e nada mais do que isso.*
> *Eu os tiro de você alegremente, colocando-os ao lado das dádivas de Deus, que Ele colocou sobre o altar ao Seu Filho. E essas eu dou a você para que coloque no lugar daquelas que me deu, por misericórdia a si mesmo. Essas são as dádivas que eu peço, e apenas essas. Pois, conforme você as deixa de lado, chega até mim, e eu então posso vir como um salvador para você. As dádivas de Deus estão em minhas mãos, para dar a qualquer um que queria trocar o mundo pelo Céu. Você só precisa chamar meu nome e pedir que eu aceite a dádiva da dor, de mãos desejosas que as depositariam nas minhas, com os espinhos abaixados e*

pregos jogados fora, conforme as dádivas pesarosas da terra são alegremente liberadas. Em minhas mãos estão tudo o que você quer e precisa e esperou encontrar entre os brinquedos esfarrapados da terra. Eu pego todas de você e elas se vão. E, brilhando no lugar onde uma vez elas estiveram, existe um portão para outro mundo, através do qual nós entramos no Nome de Deus (*As Dádivas de Deus*; pags. 118-119).

Com esses pensamentos em nossos corações e orações em nossos lábios, nós continuamos nossa jornada com Jesus, oferecendo a benignidade ao Filho de Deus que é tanto nosso irmão quanto nosso Ser. *Um Curso em Milagres* provê a estrutura perfeita para essa jornada: Jesus, a mão confortadora que firma nossos passos ao longo do caminho, e a benignidade, o princípio diário que nos ajuda a lembrar Quem caminha ao nosso lado ao longo da estrada que leva do especialismo através do perdão, e para a paz de Deus.

Ao terminar, gostaria de ler um dos poemas de Helen que se adaptam muito bem a tudo o que estivemos discutindo. Muitos de vocês o conhecem, pois eu o leio com freqüência. É uma oração nossa para Jesus – para que nos tornemos como ele. O poema termina com uma oração mais específica, para que quando estivermos com as pessoas e elas olharem para nós, não vejam a nós, mas apenas a ele.

A idéia com a qual eu comecei – de ser benigno – é uma expressão do amor de Jesus. Portanto, a oração de todos deveria ser para nos tornarmos a expressão específica da paz e benignidade que ele tão amorosamente exemplifica. Se você escolher isso como seu objetivo, sempre haverá um modelo a seguir quando estiver com outra pessoa: “Estou sendo benigno da maneira que Jesus seria, ou estou sendo julgador?”. Se for o último, estarei dizendo a essa pessoa: “Quando você olhar para mim, não verá Jesus; verá *a mim*: uma expressão da ira de Deus, não do Seu Amor – porque meu julgamento, que é certo e válido, é a maneira com que Deus vai julgá-lo”. Sua pergunta a si mesmo deveria, portanto ser: “É assim que eu quero ser visto? Ou como uma expressão da benignidade e amor de Jesus?”. “Uma oração a Jesus” pode guiá-lo através do resto da sua vida, conforme você aprende alegremente a liberar o julgamento e se tornar como ele, um professor da benignidade.

O poema começa com a frase, “Uma Criança, Um Homem, e então um Espírito”, e as letras maiúsculas indicam que as palavras se referem a Jesus. Duas estrofes depois, as mesmas linhas aparecem, “Uma criança, um homem e então um espírito”, sem as letras maiúsculas, porque representam a nós. O significado do poema/oração, portanto, é que nós crescemos para nos tornarmos como ele. Experimentar seu amor nos leva a demonstrá-lo a todos os outros – benignidade estendendo benignidade à benignidade. Portanto, o mundo é curado na benignidade e amor do nosso irmão mais velho, que um dia serão nossos, pois já o são:

Uma Oração a Jesus

Uma Criança, um Homem e então um Espírito, veio
Em toda a Sua amorosidade. A menos que Tu brilhes
Sobre minha vida, é uma perda para Ti,
E o que é uma perda para Ti, também é para mim.

Eu não posso calcular por que estou aqui
Exceto para isso: eu sei que vim
Para buscar a Ti aqui e encontrar-Te. Em Tua vida

Tu mostraste o caminho para meu eterno lar.

Uma criança, um homem e então um espírito. Então,
Eu segui no caminho que Tu me mostraste
Para que eu possa, afinal, ser como Tu.
O que além da Tua semelhança eu iria querer?

Existe um silêncio onde Tu falas comigo
E me dás palavras de amor para dizer por Ti
Para aqueles que Tu me envias. E eu sou abençoada
Porque eu vejo a Ti brilhando através deles.

Não existe gratidão que eu possa dar
Por uma dádiva como essa. A luz ao redor da Tua cabeça
Precisa falar comigo, pois eu estou perdida sem
A Tua mão gentil através da qual minha alma é conduzida.

Eu tomo Tua dádiva em mãos santas, pois Tu
As abençoaste com as Tuas próprias. Venham, irmãos, vejam
O quanto eu sou semelhante a Cristo, e a vós
A quem Ele abençoou e mantêm como um comigo.
Uma perfeita imagem do que eu posso ser
Tu mostras a mim que eu posso ajudar a renovar
A visão falha dos Teus irmãos. Conforme eles olham para cima
Que não vejam a mim, mas apenas a Ti.

(*As Dádivas de Deus*, p. 82-82)

APÊNDICE

NÃO CAUSE DANO A NINGUÉM[4]

A fonte do nosso título é o juramento antigo de Hipócrates, que data do século quatro A.C. Ele contém um dos princípios cardeais de toda medicina, resumidos nessas cinco "pequenas" palavras: Não cause dano a ninguém. Essa afirmação também pode ser usada como um lembrete sucinto a todos os estudantes de Um Curso em Milagres que buscam aplicar seus princípios à vida no mundo.

Nesse artigo, vamos partir do princípio geral "Não cause dano a ninguém" para suas expressões específicas em avaliar como podemos entender e implementar melhor o propósito da afirmação acima. Podemos começar perguntando a nós mesmos: Exatamente o que significa para mim, não prejudicar ninguém e, ainda mais, como posso viver minha vida baseado e orientado por esse princípio? Um exame completo do que eu chamo de minha vida resulta disso, pois eu preciso começar a olhar para todas as minhas presunções, crenças, valores e modos de ser nesse mundo. Esse processo, efetuado com propósito sincero, vai expor e submeter informações e insights espantosos sobre como eu ajo e me relaciono com as outras pessoas na minha vida. E, como um estudante de Um Curso em Milagres, o contexto para esta exploração será o que Jesus nos ensina sobre projeção, especialismo e relacionamentos. No início, pode ficar claro para mim que tenho usado outras pessoas na minha vida para atender meus desejos, e satisfazer minhas necessidades e aspirações. Isso é danoso? Bem, vamos examinar alguns poucos exemplos e tentar determinar o que está sob o padrão:

1) Vamos dizer que tenho usado os outros para me promover na escola, no trabalho ou em qualquer ambiente. Eu realmente estou tirando o que preciso deles para obter uma vantagem para mim mesmo, e nem me importo em dar nada a eles em troca, nem realmente me importo com seu bem estar de forma alguma. Basicamente, então, minha atitude é muito egoísta, cheia de auto-interesse. Mas eu

[4] Reimpresso, com mínimas modificações, do boletim do *The Lighthouse*, de setembro de 1998.

oculto minhas verdadeiras intenções por trás de uma atitude de respeito e cordialidade. O resultado final é que sou desonesto com os outros e comigo mesmo em relação ao meu verdadeiro propósito nos relacionamentos.

2) Em relacionamentos românticos, eu talvez tenha um vislumbre de como usei outras pessoas para satisfazer minhas necessidades emocionais e/ou físicas, não importando se eu causei dano por mentir sobre minhas verdadeiras intenções para poder encobrir a intenção secreta para o relacionamento.

3) Em meus relacionamentos familiares, posso perceber que ao crescer, tive a necessidade de me sobressair e ser o melhor em tudo para que meus pais me elogiassem muito, excluindo meus irmãos. Em outras palavras, eu usei e manipulei todas as situações que surgiram dentro da minha família como meios de extrair amor, aprovação e elogios deles, para que minha estrela pudesse brilhar mais dentre todos os outros. Eu realmente nunca me importei com meus pais ou irmãos por eles mesmos; minha preocupação era simplesmente pelo que eles poderiam fazer para mim para que eu pudesse alcançar minha meta de especialismo.

Olhando para esses três exemplos, fica extremamente claro que eu tenho usado os relacionamentos na minha vida para satisfazer a mim mesmo, sem consideração pelo bem estar dos outros. E isso é realmente danoso! Os pensamentos e ações que listei acima incluem omissões de amor e atos de egoísmo, voracidade e auto-interesse, todos os quais abarcados pelo termo ‘especialismo’, do Um Curso em Milagres. Eu percebo que tenho sido prejudicial a mim mesmo e aos outros porque meu modo de ser no mundo veio da escassez e da falta, a marca oficial do sistema de pensamento da mente errada do ego. Muitas percepções se seguem, tais como:

a) Se eu acredito ser um corpo, então, o ego sempre vai ser meu professor, porque ele ensina que somos todos corpos separados que são incompletos, requerendo algo de fora para nos completar. Isso requer que eu tire de você o que preciso para preencher minha própria falta percebida.

b) Prejudicando os outros – isso vem de uma compreensão errônea de quem eu sou, quem é você, e qual é o propósito da vida. Relacionarmo-nos como ego sempre vai trazer dano, sempre será prejudicial, e vai resultar em nocividade. Isso é um fato. Mas, uma vez que eu nunca acho um tempo para refletir sobre meus pensamentos, palavras ou atos anteriores ao momento presente, nunca ficarei consciente de existir como um ser prejudicial, desconhecido para mim mesmo, mas talvez não para os outros.

c) Usar as pessoas para minhas necessidades é realmente atacá-las, o que, Um Curso em Milagres ensina, apenas acarreta culpa para mim mesmo e me mantém preso em minha mente errada. Minha raiva é sempre dirigida para você por ter falhado em atender às minhas necessidades, e por não ter cumprido a função que dei a você no sonho que chamo de minha vida. Como Jesus afirma no texto, em uma seção chamada “Os papéis nos sonhos”:

> *Na forma mais simples, pode-se dizer que o ataque é uma resposta à função que não é cumprida assim como tu a percebes... Quando estás com raiva, não é porque alguém falhou em cumprir a função que tu lhe atribuíste? E isso não vem a ser a “razão” pela qual o teu ataque é justificado?* (T-29.IV.3:1-2; 4:1-3).

Finalmente, eu vejo que esse ciclo de culpa-ataque contaminou todos os meus relacionamentos, ainda que eu não estivesse consciente da minha dinâmica inconsciente. Além disso, agora me ocorre que eu nunca permiti que qualquer pessoa fosse íntima e próxima e mim por causa da minha forte necessidade de me defender. E de que estou me defendendo? Obviamente, não quero que as pessoas me usem como eu as tenho usado. E, então, eu inconscientemente erijo um padrão emocionalmente reservado de me relacionar com esse mundo, para que ninguém jamais possa chegar perto de mim. É a isso que Um Curso em Milagre se refere como ciclo ataque-defesa:

> *Ataque, defesa; defesa, ataque, vêm a ser os círculos das horas e dos dias que amarram a mente com tiras pesadas de aço revestidas de ferro, que vão e voltam apenas para começar outra vez. Parece não haver nenhuma quebra, nem fim na garra cada vez mais apertada que aprisiona a mente* (LE-pI.153.3:4-8).

Agora está claro para mim que uma grande parte da minha vida tem sido obscurecida pelo dano; não apenas por causa das minhas descobertas anteriores sobre mim mesmo e os relacionamentos em geral, mas também porque em tudo o que eu faço, estou constantemente julgando os outros – como se eles fossem totalmente separados e distintos de mim. Então, através do julgamento, tornei a separação real, e indelevelmente a imprimi na minha mente. Usar a racionalização do julgamento como um sinal de maturidade e conhecimento só mantém a culpa no lugar. Por quê? Porque a projeção faz a percepção (T-21.in.1:1). Eu pego a culpa que acredito estar dentro de mim e a coloco em outro, e então julgo aquela pessoa por ela. Um momento de eureca acontece – eu finalmente percebo que usei a palavra escrita para atacar. A correspondência com outros através dos anos, para usar um exemplo, tem me causado muitos danos, sem contar aos outros que eram os objetos da minha projeção e ataque. Inconscientemente, eu tenho usado a palavra escrita como um instrumento para provocar dano. Existe um efeito quase cascata de auto-descoberta, conforme eu começo a generalizar dos pensamentos, palavras e atos prejudiciais específicos dos quais me tornei consciente, para agora poder ver o padrão mais geral de projeção e ataque que tem permeado todos os relacionamentos na minha vida. Conforme eu aperto o botão de pausa da minha auto-reflexão, o pensamento vem à tona: “O que significa prejudicar por omissão?”.

Com a caneta em mãos, começo a anotar questões investigativas sobre as omissões na minha vida. Alguns dos pensamentos são como os que se seguem:

1) Eu falhei em aceitar a responsabilidade por qualquer um dos meus relacionamentos?

2) Eu também usei meu padrão emocionalmente distante para me relacionar como um meio de ser passivo em todos os meus relacionamentos?

3) Eu escolhi não ver o que está diante dos meus olhos, porque tomei uma decisão anterior de não deixar ninguém mais prejudicar minha independência?

4) Eu tomei uma decisão anterior de dividir parte da Filiação como não tendo nada a ver comigo, sob a aparência de uma xenofobia justificada?

5) Outro reconhecimento útil vem à tona: não é possível alguém ter relacionamentos reais se eles forem baseados na necessidade; e como é difícil deixar as necessidades de lado!

6) O último, mas certamente não menos importante, eu omiti a benignidade e o cuidado do meu repertório de pensamentos e comportamentos? Exceto, é claro, quando isso serviria às minhas necessidades. Essa parte do meu auto-exame também vai ter um efeito agitador, conforme prossegue a busca para procurar e encontrar o que está me impedindo de cumprir esse princípio: Não prejudique ninguém.

No manual para professores, em 'gentileza' – a quarta característica de um professor de Deus – , de forma muito interessante, nós não lemos muito sobre ser gentil, mas realmente vemos afirmado lá muito sobre dano e a necessidade de deixar de lado esse pensamento primário no arsenal de especialismo e ódio do ego. Na verdade, a palavra dano (e seus derivados) aparece nove vezes na sub-seção de dois parágrafos, enquanto gentileza (e seus derivados) aparecem apenas três vezes. Isso não é surpreendente uma vez que a ênfase principal em Um Curso em Milagres está em desfazer o sistema de pensamento do ego como o caminho para casa, em Deus, a Fonte de todo Amor. Tirando algumas poucas linhas do parágrafo inicial, podemos ver a ênfase importante sobre um professor de Deus liberar o sistema de pensamento do dano:

> *O dano é o resultado do julgamento. É o ato desonesto que segue um pensamento desonesto. É um veredicto de culpa para um irmão e, portanto, para a própria pessoa. É o fim da paz e a negação do aprendizado. Demonstra a ausência do currículo de Deus e a sua substituição pela insanidade* (MP-4.IV.1:2-7).

Portanto, Jesus está nos explicando como nossos julgamentos dos outros são precedidos pelo nosso julgamento de nós mesmos. Seguindo os ditames do ego, nós primeiro acreditamos que existe algo inerentemente errado conosco, porque produzimos e manifestamos um sonho dentro de nós, cujo conteúdo afirma: "Eu alcancei a separação do meu Criador e Fonte". Então, horrorizados pela culpa em relação a tal mal-feito, nós buscamos escapar da sua dor, primeiro negando que ela está em nós mesmos, e depois, projetando-a, tornando alguém mais culpado daquilo que primeiro acusamos a nós mesmos de termos feito. Portanto, o pensamento desonesto é nossa auto-acusação, e o ato desonesto é nossa acusação e julgamento de outro. E, ao darmos um veredicto de culpa ao nosso irmão, nós meramente reforçamos a culpa que primeiro tornamos real dentro de nós mesmos. Isso inevitavelmente leva ao fim da paz e à negação do aprendizado, porque nós chamamos o ego para ser nosso professor, dessa forma, encobrindo o currículo de Deus e substituindo-o pela insanidade do pensamento da mente errada. Para continuar com o trecho:

> *Nenhum professor de Deus pode deixar de aprender – e bem cedo no seu treinamento – que causar dano oblitera completamente a sua função na sua consciência. Fará com que ele fique confuso, amedrontado, raivoso e desconfiado. Fará com que seja impossível aprender as lições do Espírito Santo. E o Professor de Deus também não pode sequer ser ouvido a não ser por aqueles que compreendem que o dano, de fato, nada pode conseguir* (MP-4.IV.1:7-13).

A primeira sentença na passagem acima é muito enfática e abarcante em sua aplicação. Ela afirma inequivocamente que um estudante de Um Curso em Milagre precisa aprender logo cedo em seu treinamento que a nocividade precisa ser totalmente desfeita, caso contrário, ele nunca vai aprender as lições do Espírito

Santo. Em outras palavras, as noções de nocividade como são expressas em pensamento, palavras ou atos de qualquer tipo, imediatamente nos cimentam na mente errada, ainda que possamos acreditar que seja diferente. Isso vai nos impedir até mesmo de nos tornarmos conscientes de nossas intenções e motivações, tanto conscientes quanto inconscientes. E, uma vez que podemos ver que é inerente ao processo de desfazer do Curso tornar o inconsciente consciente – para nos tornarmos conscientes do nosso ego para que ele possa ser desfeito para nós pelo Espírito Santo -, o que estamos fazendo ao nos agarrarmos aos pensamentos nocivos e julgadores é efetivamente sabotar nosso estudo e prática do Um Curso em Milagres. Uma compreensão final precisa ser que os pensamentos nocivos bloqueiam a Voz do Espírito Santo, dessa forma assegurando que nunca vamos despertar do sonho e voltar para nossa Fonte.

Em conclusão, eu agora posso entender o que significa não causar dano a ninguém, sem exceções. Viver uma vida baseada nesse princípio significa que em todas as circunstâncias, relacionamentos, eventos e situações, eu preciso monitorar constantemente meus pensamentos e sensibilizar a mim mesmo para discernir quando deixei minha mente certa – lar do Espírito Santo – e tomei uma decisão de mudar para minha mente errada – o domínio do ego. Essa não é uma tarefa pequena, uma vez que a maioria de nós leva vidas de respostas habituais à programação do ego como uma forma natural de se relacionar. Tendo passado mais tempo com o ego como nosso amigo, não parecia natural para nós nos relacionarmos realmente com Jesus ou com o Espírito Santo como nossos Professores. E liberar o dano – em qualquer maneira, tipo ou formato – pode parecer uma tarefa insuperável. Mas, como um rápido lembrete, Um Curso em Milagres afirma que tudo o que nós precisamos é de uma pequena disponibilidade para liberar nossa maneira e nossas percepções, e pedir a Ajuda da Ausência de Dano que sempre está lá para nós. E, então, vamos recordar as palavras de Jesus sobre a gentileza, no manual, lembrando-nos de que é a mão dele que queremos segurar, para que junto com ele e com todos os nossos irmãos, trilhemos o caminho gentil do “Não cause dano a ninguém”, parafraseando a Lição 195 do livro de exercícios conforme prosseguimos, *O Amor é o caminho que sigo com gratidão.*

> *Portanto, os professores de Deus são totalmente gentis. Necessitam da força da gentileza, pois é nisso que a função da salvação vem a ser fácil. Para aqueles que querem causar dano, ela é impossível. Para aqueles que não vêem significado no dano, ela é meramente natural. Que outra escolha além dessa pode ter significado para quem é são? Quem escolhe o inferno quando percebe um caminho para o Céu? E quem escolheria a fraqueza que não pode deixar de vir do dano, em lugar da força infalível totalmente abrangente e sem limites da gentileza? O poder dos professores de Deus está em sua gentileza, pois compreenderam que seus pensamentos maus não vieram nem do Filho de Deus nem do seu Criador. Assim, uniram os seus pensamentos Àquele Que é a sua Fonte. E assim a vontade deles, que sempre foi a Dele próprio, é livre para ser ela mesma* (MP-4.IV.2).

UMA SIMPLES E BENIGNA APRESENTAÇÃO DE UMA SIMPLES E BENIGNA MENSAGEM[5]

Os leitores acostumados a ver artigos em nossos boletins que tratam de questões metafísicas, ficarão surpresos com este. Nossa ênfase básica aqui está em por que nós, como estudantes de Um Curso em Milagres, persistimos em não fazer

[5] Reimpresso com mínimas modificações, do boletim do *The Lighthouse*, de junho de 2.000.

as coisas simples que a salvação nos pede (T-31.I.1:10-2:2), dessa forma rejeitando os maravilhosos benefícios que o Curso está nos oferecendo, e, através de nós, aos outros. Além disso, a simplicidade de suas mensagens vai lado a lado com a benignidade que é inevitável se alguém realmente pratica o perdão – claramente o cerne da mensagem. No seguinte artigo, portanto, nós nos focalizamos em como essa simples mensagem cai prisioneira da barreira letal da nossa escolha pelo sistema de pensamento do ego, o que resulta em nossa necessidade básica de julgar e atacar os outros. No espírito dessa simplicidade não-metafísica, pegamos nossa sugestão das palavras iniciais de Jesus para a Lição 133 do livro de exercícios, *Não darei valor àquilo que não tem valor.*

> *Às vezes, no ensino há benefício em trazer o aluno de volta a interesses práticos, particularmente depois de teres ensinado o que parece ser teórico e distante do que o aluno já aprendeu. É isso o que faremos hoje. Não falaremos de elevadas idéias que abrangem o mundo, mas, ao invés disso, nos deteremos nos benefícios para ti* (LE-pI.133.1).

Portanto, ao lidarmos com as situações da vida diária, uma forma reveladora de monitorar nossas mentes de formas práticas que vamos achar difícil, é observar como respondemos quando nossas famílias, amigos ou até mesmos nós mesmos estamos atravessando períodos de crise ou estresse. É nessas épocas que os sentimentos inconscientes de auto-condenação incansavelmente sobem à superfície, em julgamentos projetados sobre como nós ou aqueles que estão sofrendo não são bons estudantes, ou "não estão fazendo isso certo". A tendência nesse ponto pode ser fazer uma preleção a alguém, ou pensar que nós mesmos falhamos com o Curso. E, sem dúvida, todos nós já experienciamos, tanto diretamente em nós mesmos quanto nos outros, o uso de chavões espiritualistas – versões distorcidas dos reais ensinamentos do Curso -, resultando em projeções hostis. Infelizmente, a famosa linha de Shakespeare, de "O Mercador de Veneza" – *"O diabo pode citar a Escritura para seu propósito"* (I,iii) – ficou comprovada nos círculos do Um Curso em Milagres também. Incidentalmente, Jesus ecoa essa afirmação no próprio Curso (T-5.V.4:4). A seguir, alguns exemplos infelizmente amealhados em acontecimentos reais, de tais comentários "amorosos" dos estudantes do Curso:

Por que você está tomando essa pílula ou indo ao médico? Simplesmente mude sua mente.

Por que você está chorando pela morte do seu ser amado? Você se esqueceu de que a morte é irreal?

Por que você continua na cama do hospital? Leia a Lição 136 *("A doença é uma defesa contra a verdade"*).

Como você pode dar entrada em uma ação judicial? Você está simplesmente reforçando o sistema de pensamento do ego de oposição.

Por que você precisar ler o menu do jantar? O Curso diz que você deveria perguntar ao Espírito Santo o que deveria fazer, e isso obviamente inclui o que comer.

Não me diga que você ainda tem políticas de segurança! Leia as Lições 153 e 194 (*"Minha segurança está em ser sem defesas"; "Eu coloco o futuro nas Mãos de Deus"*).

Não me pergunte o que vou fazer na próxima semana. Leia a Lição 135 (que contém a afirmação: *"Uma mente curada não faz planos"*).

Por que você tranca o seu carro? Leia a Lição 181 (*"Eu confio em meus irmãos, que são um comigo"*).

Etc., etc., etc.!

Em todos esses pronunciamentos, o estudante se esqueceu, mais uma vez, de que a quarta característica dos professores de Deus – gentileza – significa liberar todos os pensamentos, palavras e ações nocivas (MP-4.IV).

Então, existem ataques mascarados na forma de "seja o que for que fizermos, tudo estará bem, porque estamos olhando para nossos egos com Jesus", invocando o parágrafo inicial de *"As 'Dinâmicas' do Ego"*, do Capítulo 11, no texto: *"Ninguém pode escapar de ilusões a menos que olhe para elas..."* (T-11.V.1:1). Armados com esse arpão, estudantes são capazes de justificar ou racionalizar todas as formas de palavras e atos não benignos e nocivos, muito similares às armadilhas em que os casais algumas vezes caem, tais como: "Vou ser totalmente honesto com você e lhe dizer exatamente o que sinto". Atingindo o outro parceiro se ele ou ela não se desviar a tempo. Essas palavras deveriam ser um grande aviso de que o que vai vir a seguir será tudo menos honesto, sem falar em amoroso.

Está claro que nutrir pensamentos de ataque, sem mencionar atuá-los com o desejo de causar dano a outros, precisa encerrar a crença – consciente ou inconsciente – de que o sistema de pensamento de separação é real. Como mais poderíamos justificar nossa raiva, exceto acreditando que esses objetos da nossa agressão são não apenas separados de nós, mas também diferentes, levando a um estado mental que afirma: "Eu estou certo e eles estão errados". E, então, a falta de benignidade que é inevitável ao nos agarrarmos a essa percepção também é dirigida a nós mesmos. Como Um Curso em Milagres afirma:

> *Só podes ferir a ti mesmo. Isso foi repetido muitas vezes, mas é difícil de apreender por enquanto. Para mentes empenhadas no especialismo é impossível. Entretanto, para aqueles que desejam curar e não atacar é bastante óbvio. O propósito do ataque está na mente e seus efeitos são sentidos apenas onde ela está* (T-24.IV.3:1-5).

Ou, como vemos nos títulos de duas lições do livro de exercícios:

> *Só os meus pensamentos me afetam.* (LE-pII.338)
>
> *Nada pode me ferir, exceto os meus pensamentos.* (LE-pII.281)

E então, a razão pela qual persistimos em não fazer as coisas simples e benignas que Jesus nos pede agora se torna aparente. Liberar todo julgamento, crença em diferenças, e conseqüentemente todos os pensamentos de ataque, significa liberar a crença na separação. E, sem essa crença na realidade da minha identidade separada de Deus, e de todos os outros membros da Filiação também, essa identidade egóica iria se dissolver. Portanto, é "mais seguro" para mim, ferir os outros, porque, ao fazer isso, estou protegendo meu ser único, individual através do ataque, dessa forma preservando o sistema de pensamento do ego de separação e diferenças da Unicidade viva de Deus. Como lemos no texto:

> *Se fosses um com Deus e reconhecesses essa unicidade terias o conhecimento de que o Seu poder é o teu. Mas não te lembrarás disso*

> *enquanto acreditares que qualquer tipo de ataque significa alguma coisa. Ele é injustificado em qualquer forma porque não tem significado. A única maneira em que poderia ser justificado seria se tu e teu irmão fosseis separados um do outro e se todos fossem separados do Criador. Pois só então seria possível atacar uma parte da criação sem atacar o todo, o Filho sem o Pai e atacar outra pessoa sem atacar a si mesmo ou ferir a si mesmos sem que o outro sentisse dor. E tu queres essa crença... Só aqueles que são diferentes podem atacar. Assim concluíste que, porque podes atacar, tu e teu irmão não podem deixar de ser diferentes* (T-22.VI.12:1-10; 13:1-3).

Através de tais ataques a outros, nós expressamos nossa preferência de estarmos certos ao invés de sermos felizes (T-29.VII.1:9), provando que Deus é insano por "acreditar" na perfeita unicidade, enquanto somos muito sãos em nossa posição firmemente mantida de que a separação é realidade, e que não ser benigno com os outros é a salvação.

Nós somos ensinados em Um Curso em Milagres que o propósito é tudo, e que o significado de qualquer coisa está naquilo para que ela serve (T-17.VI.2:2). É compreendendo a motivação freqüentemente oculta da auto-preservação que está por trás do nosso desejo de não sermos benignos que está a chave para a pergunta de Jesus de por que persistimos em não aprender suas simples lições. Dito de outra forma, se *"a memória de Deus vem à mente quieta"* (T-23.I.1:1), então, qual melhor forma de manter essa memória da nossa unicidade em Deus longe de nós – dessa forma protegendo nosso ser separado – do que mantermos nossas mentes em um estado constantemente ocupado? Julgamento, ataque e conversas tolas – "os *gritos ásperos e acessos de raiva absurdos"* do ego (T-21.V.1:6) – são exemplos do que tornamos tão natural e transformamos em um estado de perverso conforto para nós mesmos. Portanto, nossos pensamentos julgadores e palavras e atitudes não benignas são na verdade muito úteis, servindo para manter distante a paz que o perdão traz, a Voz da paz e do perdão inaudível, e a habilidade do perdão de nos levar de volta para Casa para sempre impotentes:

> *A paz de Deus nunca pode vir aonde está a raiva, pois a raiva necessariamente nega que a paz exista. Quem considera a raiva justificada de qualquer modo ou em qualquer circunstância, proclama que a paz não tem significado e tem que acreditar que ela não pode existir. Nessas condições, a paz não pode ser achada. A volta da raiva, sob qualquer forma, mais uma vez fará cair a pesada cortina e com certeza há de voltar a crença em que a paz não pode existir. A guerra é aceita novamente como a única realidade* (MP-20.3:2-6; 4:1-5).

Mas não é preciso pensar sobre as conseqüências metafísicas mais amplas, nem mesmo na salvação individual, para apreciar a decência comum envolvida em ser benigno e útil aos outros. Ser normal é sempre uma regra prática útil, e uma boa definição funcional para "normal" é não nos desviarmos do nosso caminho para insultar, ferir ou de qualquer outra forma trazer dano aos nossos irmãos. Não é necessário, por exemplo, acreditar que Deus não criou o universo físico para saber a importância de tratar as pessoas com benignidade e respeito. Para nos certificarmos, essa não é a cura última – que só pode ocorrer no nível da mente -, mas agir de forma benigna com freqüência reflete a benignidade inerente a perdoar a si mesmo e, portanto, é um grande passo em direção a nos levar para o próprio Lar da Benignidade.

E então, se nossa meta é realmente despertar desse sonho e voltar para Casa, então, precisamos cultivar a prática muito simples de permanecermos vigilantes em

relação a todos os nossos pensamentos de dano e nocividade, nossa necessidade de atacar e julgar. Portanto, nós mantemos em mente que sempre que nossa paz nos deixar, e estivermos tentados a culpar outros por nossa inquietude e lhes darmos uma punição exata por seu pecado, o objeto ultimo da nossa nocividade somos nós mesmos. E iríamos mesmo desejar usar outra pessoa como um instrumento através do qual negamos a nós mesmos a entrada no Reino? Especialmente quando o agente denegador somos nós mesmos, só nós mesmos. Isso fica muito claro na seguinte passagem penetrante do texto:

> *Cristo está no altar de Deus, esperando para dar as boas-vindas ao Seu Filho. Mas venhas totalmente sem condenação, pois de outro modo acreditarás que a porta está bloqueada e não poderás entrar* (T-11.IV.6:1-4).

Se a cabeça de uma pessoa estivesse sangrando, por exemplo, e fosse dito a ela que sua dor vem do fato de ela estar perto da parede, continuamente batendo sua cabeça contra ela, não haveria dúvida – a menos que a pessoa fosse bastante perturbada mentalmente – de que ela iria parar. A conexão entre a causa – bater a cabeça contra a parede – e o efeito – a intensa dor que ela estava experienciando – seria tão clara que ela iria interromper a causa imediatamente para remover o efeito. Jesus faz a mesma afirmação a nós em Um Curso em Milagres – na verdade, de novo e de novo. Ele quer que nós compreendamos a conexão direta entre nossos pensamentos não benignos de ataque e julgamento, e nossa dor e desconforto experimentados. Como ele diz no texto, no contexto de escolhermos reconhecer a verdadeira causa do problema do nosso sofrimento:

> *A escolha não será difícil, porque o problema é absurdo quando visto com clareza. Ninguém tem dificuldade de tomar uma decisão para permitir que um problema simples seja resolvido, se esse problema é visto como algo que está ferindo-o e é muito fácil de ser removido* (T-27.VII.2:7-11).

O problema é que nossa experiência física e psicológica de dor age como uns pára-choques entre a causa (na mente) e o efeito (sentido no corpo), de tal forma que não ficamos conscientes da conexão. A verdadeira variável interveniente – para usar o termo psicológico – entre nossos pensamentos de ataque (a causa) e nossa inquietude (o efeito) é a culpa, e essa culpa é quase sempre inconsciente, com apenas algumas insinuações obscuras que de tempos em tempos ultrapassam a barreira inconsciente até a consciência.

É um fato que a culpa é inevitável uma vez que nutrimos pensamentos de ataque, o que o ego sempre equipara a pecado. E uma das características da culpa é que ela requer punição. Essa punição interna é o que no final das contas produz nossa dor e desconforto. Mas, novamente, uma vez que essa culpa está fora da nossa consciência, não temos nenhuma idéia de onde está vindo nosso sofrimento:

> *De uma coisa estavas certo: entre as muitas causas que percebias como portadoras de dor e de sofrimento para ti, a tua culpa não constava* (T-27.VII.7:5-7).

E, sem consciência dessa conexão, obviamente não existe nada que possamos fazer para efetivamente desfazer a dor e garantirmos que ela nunca vai voltar. Causas não notadas, e, portanto causas que não são desfeitas, continuam a ser atuantes, agindo por trás da cena, para garantir que seus efeitos sempre estarão lá. Portanto, tudo o que precisamos fazer para colocarmos um fim ao nosso sofrimento e inquietude é praticarmos retornar à causa da nossa angústia.

> *Agora está sendo mostrado a ti que podes escapar* [do sofrimento]*. Tudo o que é necessário é olhares para o problema assim como é, e não do modo como o tinhas colocado* (T-27.VII.2:1-3).

E nesse contexto que estamos discutindo aqui, a causa para nosso sofrimento pode ser identificada com nossa decisão de atacarmos os outros como o meio de proteger nossa culpa inconsciente. Essa negação de benignidade aos outros, mais uma vez, a nega a nós mesmos, e, portanto, protege nossa identidade dentro do sonho.

Ao invés de encerrar o artigo, como algumas vezes fazemos, citando o Curso, talvez uma benigna e simples mensagem parafraseada do mestre teorista Grilo Falante seja útil:

Se você não tiver nada gentil a dizer, não diga nada!