

A close-up, vertical photograph of a woman's face, showing her eyes, nose, and mouth. She has a thoughtful or serene expression, looking slightly to the side. The lighting is soft and natural, highlighting her features. The background is blurred, focusing attention on her face.

Perdoar Para Sanar

A Liberdade de Escolher Amar

SIRILEI S GAMBIN

Perdoar para Sanar

Sirilei S Gambin

Introdução

Perdoar é sinônimo de sanar, limpar, soltar, liberar, curar, transcender. Nos leva a viver sem medo, a sentir abundância, compaixão, alegria e paz. É um caminho de vida libertador, onde aprendemos a nos deixar guiar pelo Divino. É a liberdade de escolher amar em qualquer situação. Pode haver algo mais poderoso do que isso?

Não nos damos conta que vivemos sob o domínio do medo, fazemos essa escolha instante a instante, e dela nasce toda nossa percepção de mundo e todas as nossas experiências.

O caminho do perdão não nos tira a liberdade de viver a vida da forma como sempre fizemos, mas nos oferece uma fórmula simples para o discernimento. Isso nos levará a compreender que nem sempre escolhemos aquilo que nos faz felizes de verdade.

Pensamos sermos livres, porém, estamos sob o jugo de um sistema de pensamento que nos condiciona a responder de determinada maneira, um passo a passo frente às mais variadas situações. Respondemos como se fôssemos marionetes. O universo puxa uma cordinha e nós nos movemos de acordo. Não há liberdade nessas respostas. Quando respondemos com o ego não somos livres, nossa resposta é condicionada pelo medo.

O perdão é uma necessidade gritante nesse mundo de ilusões. Estamos todos exaustos de tentar dar sentido àquilo que não tem sentido. Se você está lendo esse manual, eu poderia afirmar que, de alguma maneira, você já recitou a oração: “Deve haver um outro jeito de viver.” Esse jeito existe sim. Vamos ajudar você a identificá-lo como sua meta, seu propósito de vida.

Esse e-book é um resumo do perdão ensinado em meu livro *Desperte para a Inteligência Espiritual* e faça sua jornada valer a pena, inspirado em *Um Curso em Milagres*, um ensinamento não dual de um incrível poder sanador. A meu modo de ver, o perdão é a ferramenta mais potente de cura e libertação que existe disponível nesse momento; ele nos leva a, gradativamente, soltar nosso apego ao sofrimento.

Esse é um caminho de honestidade e humildade. É preciso coragem para romper paradigmas, mentalidade aberta para soltar crenças e aprender novos padrões mentais, alinhados com as frequências mais elevadas de Amor no mundo da forma.

1 - A Base do Perdão Verdadeiro

O verdadeiro perdão está baseado na ideia de inocência total.

Desde uma mente confusa e dividida que acredita que medo e Amor podem coexistir, é impossível compreender esse conceito. Por essa razão, nosso propósito, aqui, é reconhecer como funciona essa mente dividida, contaminada pelo medo, pela culpa.

Nossa Realidade é o Amor. Estamos todos no Campo de paz. Não precisamos aprender o que é Verdadeiro - Amor. Precisamos é derrubar as barreiras que nos impedem de acessar nossa Consciência Imutável. Para isso, vamos adentrar no mindset vigente – o universo do ego – medo, conhecer suas leis e a forma como operamos, através desse sistema de pensamento.

Convido você a romper o paradigma da dualidade, onde parece ser possível que Amor e ódio vivam lado a lado e que a inocência e a culpa sejam igualmente possíveis. Estamos todos preparados para uma espiritualidade mais profunda, que possa nos oferecer uma experiência totalmente diferente, onde possamos experimentar a paz perfeita, independentemente de nossos aparentes conflitos externos.

Somos todos inocentes. Em todas as situações. Para a mente dominada pelo medo isso parece impossível, uma utopia, contudo, só através do julgamento do ego. O Espírito é eterno, permanece intocado pelas coisas do mundo. Esse e outros conceitos que iremos trabalhar talvez soem estranhos para você no princípio. Não se preocupe! Não se esforce por entender, seja paciente, perseverante e honre seu desejo profundo de paz. Desaprender aquilo que foi fortemente reforçado pelo ego é um caminho para a vida toda. Se fizer desse caminho, um caminho de vida, terá gratas surpresas e experimentará milagres. Seja paciente, perseverante e perceberá que o universo conspira a seu favor.

Meu desejo é que você se conecte com seu coração, que desenvolva sua intuição, que seja coerente e aprenda a cultivar seu silêncio interior, que deixe o Amor ser seu Guia e se torne um agente a serviço da mais elevada frequência no mundo da forma. Ouça! Há uma linda canção que nunca deixou de ser cantada mas voce, há muito, muito tempo você já não escuta mais. Saiba! Ela brota do mais profundo Amor dentro de você. Perdoa... e a canção de paz, alegria e graça voltará a ser ouvida.

2 - Mentalidade de Paz

O perdão é o caminho para a paz interior. Nasce da firme decisão de deixar de sofrer, de estabelecer a meta da paz, independentemente da situação. Essa decisão é um salto de consciência, um portal que se abre em nossa mente para que um novo modo de pensar possa surgir e para que uma mudança completa na percepção aconteça. Em consequência, a paz vai renascendo em nossa mente, a princípio lenta e esporadicamente, para ir, aos poucos, se tornando nossa realidade.

Constantemente, experimentamos o feito de nossos desejos. É claro que, para o ego, somos vítimas das circunstâncias. Parece impossível estarmos escolhendo o conflito, os problemas, as dificuldades pelas quais passamos. Se você ainda não aceita seu poder e não compreende essa dinâmica, tenha paciência, no momento certo compreenderá. Para a sobrevivência do ego é importante que você continue a acreditar que a paz e a felicidade dependem de fatores externos, que não são um contínuo, mas que precisamos fazer certas coisas como meditar, comer certos tipos de alimentos ou mudar coisas no mundo e em nossas relações para alcançá-las.

Dissociamos vezes sem conta o Campo de Consciência de paz, confundimos paz com ausência de conflito externo, com meditar, assistir a um pôr do sol, estar acomodados, com entorpecimento, certos tipos de condutas ou negação. A verdadeira paz não é nada disso. É um estado mental livre de medo. Não depende de tréguas, de ausência de conflito, de momentos, de paisagens, de situações específicas, etc. É um estado constante, inalterável, que sentimos dentro, desde a decisão de soltar totalmente o conflito, a luta, a necessidade de ter razão, de estar no controle.

A paz não exige sacrifício. Não exige que nos humilhemos, que aceitemos uma condição indigna, que sejamos submissos ou resignados. A paz conquistada à base de controle ou manipulação não é a verdadeira paz.

Paz é presença!! Não podemos estar em paz se estivermos revivendo o passado ou projetando o futuro. O único momento que existe para que sintamos que tudo está certo do jeito que está é esse momento. Por esta razão, o perdão acontece no agora. Sem medo algum do que os outros vão pensar, soltando o julgamento, o pensamento de fracasso e perda.

3 - A Dinâmica do Pensamento

Existe um fluxo incessante de pensamentos passando pela nossa cabeça. Como em um trem, passam vagões em alta velocidade, um fluxo incessante de milhares de pensamentos por dia. Não aprendemos a observá-los com equanimidade e isso faz com que embarquemos nos vagões. Nossa mente distraída não nos deixa reconhecer esse fluxo contínuo, tremendamente veloz. Nosso maior problema é acreditarmos nesses pensamentos sem questionar. Concordamos quando dizem coisas sobre nós: somos um corpo, a vida é curta, os outros são melhores, mais felizes, o mundo é cruel, etc.

Os pensamentos são energia, geram vibração. Independentemente de serem bons ou ruins, somente têm o poder que damos a eles. Colocar fé e acreditar, isso é literalmente uma bomba que pode mover montanhas. Esse é todo o poder de nossos pensamentos.

Se podemos nos sentar em uma posição confortável e simplesmente observá-los sem julgar, começamos a reconhecer, a princípio de forma tênue, que não precisamos embarcar nesse trem, temos o poder de deixá-lo passar. Não SOMOS esses pensamentos. Quer sejam bons ou ruins, incoerentes ou consistentes, desordenados ou organizados, julgadores ou assertivos, punitivos ou liberadores, culpados, medrosos ou amorosos, podemos aprender a questionar: “Será que isso é verdade?”. Esse questionamento vai nos levar a reconhecer que são meras suposições. Nunca são certezas. São suposições baseadas em um mindset de culpa e medo.

A voz na nossa cabeça não nos representa.

Os pensamentos são como imagens mentais que contam histórias baseadas no passado. São falsas porque representam um sistema de pensamento baseado no medo, um mundo de ilusões, um universo virtual onde habitam personagens lutando para sobreviver, para merecer, para se sobressair, para vencer. Retratam crenças familiares e sociais, um programa mental de conflito. Quem Somos está muito além de nosso personagem... Somos em essência Amor – Espírito – Luz.

O livro de espiritualidade Um Curso em Milagres nos diz que somente os pensamentos que pensamos com Deus são Reais. Porém, enquanto nossa mente estiver bailando entre amor e ódio estará sendo guiada pelo medo, por demais equivocada, bloqueada, desconectada, contaminada, para poder Vibrar na Frequência do Amor e permitir que sejam Eles que determinem nossa percepção de mundo e sentir.

A prática consistente do perdão é uma via rápida para esse Campo de Consciência de paz e amor incondicional. Através do discernimento e da entregar dos pensamentos conflitivos, soltando aquilo que não vibra nessa Frequência, nossas ideias vão clareando, o medo vai diminuindo, até que estejamos suficientemente lúcidos para ouvir o Amor.

Temos imenso trabalho a fazer: aprender a honrar nossos sentimentos, aceitá-los sem julgar e, a partir deles, reconhecer o mindset que domina nossa mente: Amor ou medo? O que a voz que fala incessantemente em nossa cabeça está dizendo? Que certezas ela tem sobre o mundo, os outros e nós mesmos? Posso reconhecer a voz do maltratador, do insatisfeito, do vitimista, do incoerente, do culpado, do lutador, do narcisista, etc.? Essa não é a Voz da Verdade. É a voz do ego, do falso ser que busca ser especial e luta para isso. A intenção desse mindset é dar realidade à separação, e essa é a causa do sentimento de vazio, solidão e escassez.

Estaríamos acabados se essa voz tivesse razão. Se esse eu pequeno e vulnerável criado pela mente ego fosse real, estaríamos fadados a um sofrimento interminável e persistente. Que bom que esse mindset é uma criação da mente que desviou para o medo e não é real. Não somos essa pequena identidade lapidada, construída, somos a Consciência de Paz e Amor, Felicidade Autêntica.

Esse e-book é um lembrete, um chamado da alma. Não está dirigido ao personagem - ego, mas à parte da mente que tem o poder de escolher entre o medo e o Amor – o tomador de decisões. À medida que vamos nos tornando conscientes do poder de escolha, começamos a ser livres para não embarcar mais nesse trem.

O perdão traz clareza mental. É a chave para a liberdade autêntica.

4 - Fomos criados para ser felizes

Sempre quis ser feliz, algo dentro de mim sabia que essa é a nossa Verdade. Todos nós, neste mundo, queremos isso; acordamos de manhã, saímos para trabalhar, casamos, temos filhos, construímos relacionamentos, temos metas, objetivos, viajamos, oramos, tudo com esse propósito. No entanto, por que não estamos conseguindo realizar esse objetivo? Depois de anos e anos de tentativas frustradas e buscas, poucos são os que já o alcançaram. Talvez estejamos procurando no lugar errado, ou tentando entender a felicidade sob a perspectiva de uma mente dual, cheia de crenças. O fato é: não estamos tendo muito êxito.

Se usarmos a Voz da Razão – Inteligência Espiritual – podemos fazer uma reflexão simples: vivemos em um mundo de opostos. Tudo aqui funciona de maneira dual; o branco necessita do preto, o riso, da dor, um dia nublado, de um dia de sol. Para sabermos que temos sucesso, é necessário um parâmetro de comparação; precisamos daqueles que fracassam, daqueles que não conseguem. Sabemos que estamos felizes porque nos sujeitamos às leis de dualidade.

Como ser feliz seguindo leis tão insanas? Se não está dando certo, por que continuamos tentando da mesma maneira? Por que ainda manipulamos e nos deixamos manipular, mendigando felicidade, exigindo que a sociedade, o governo, os outros nos façam feliz? Se sabemos que a felicidade está dentro, por que continuamos a buscar em um trabalho, uma viagem, um pôr do sol? Existe uma fórmula para a felicidade e não estamos conseguindo decifrá-la? Ou será que estamos nos deixando guiar pela fórmula errada? Será que não está na hora de rever nossos paradigmas?

Quando nos tornamos mais conscientes, podemos reconhecer nossa forma condicionada de ver as coisas. O fato é que estamos hipnotizados pelo mundo da forma, o universo virtual, um mundo que é apenas um efeito. Esquecemos de olhar para o conteúdo, a causa dentro de nós. Tudo está dentro de nós.

Assim como as lutas que travamos vêm de dentro, o estado interno pleno de felicidade, o lugar de silêncio e Paz autêntica, quase impossível de descrever com palavras, também vem, está dentro de nós, mas não vem de nós. Se quisermos ser felizes de verdade, é nesse lugar que devemos buscá-la, aqui, agora, deixando de dar realidade ao mundo lá fora. O mindset de paz não é uma utopia, para alguns especiais, os sábios, gurus ou apenas aqueles que meditam e cantam mantras. É para todos nós que recitamos a oração: “Deve haver um outro jeito de viver.”

A mentalidade ego tem a sua fórmula de felicidade. Nos leva a acreditar que para ser felizes necessitamos que coisas aconteçam: uma família perfeita, amigos especiais, comer bem, ter um bom relacionamento, alguém que nos elogie de vez em quando, segurança econômica, um trabalho que satisfaça, festas, viagens. O que esse mindset oculta é a transitoriedade dessas coisas, o quanto elas geram uma felicidade instável.

O perdão nos ensina a separar o verdadeiro do falso.

5 - Perdão Verdadeiro:

Um portal para a Felicidade Autêntica!

A mente dominada pelo mindset do ego é rígida, baseada no passado, possui dogmas, pensamentos debilitantes, crenças que aprisionam e fazem com que o passado se repita. O perdão traz a possibilidade de uma mudança da mentalidade de conflito para a mentalidade de paz. Onde antes havia sofrimento, apego, discórdia, mágoas, culpa, medo, agora há uma inversão de pensamento, um “não sei” para que serve isso, um “quero ver as coisas de outra maneira”.

O perdão desfaz o que é falso e mantém tudo aquilo que é amoroso. Estamos tão equivocados sobre o que é a felicidade, a paz e o Amor, que é fundamental partirmos do princípio que não sabemos nada. Não sabemos perdoar, não sabemos o que nos faz felizes, não sabemos Quem somos.

Talvez você não entenda o que o processo do verdadeiro perdão fará por você. Mas, acredite, ele curará todas as suas dores, trará uma paz e uma felicidade que você nunca poderia imaginar.

Para começar, é necessário esquecer tudo o que sabemos sobre o perdão, pois nosso velho modo de perdoar não nos liberta do medo, da culpa, causas de nosso aprisionamento no mundo. O mindset do ego tem um jeito estranho de perdoar. Vamos entender como esse velho perdão nos aprisiona ainda mais.

Quando estamos em meio a um conflito, vivendo situações de estresse, com muita facilidade, damos crédito ao mindset que nos faz acreditar coisas como: estamos cobertos de razão, o outro nos magoou e se perdoarmos e deixarmos passar, ele nunca vai aprender. E... o que os outros vão pensar? Que somos fracos, que se perdoarmos vamos ser controlados, manipulados.

A mente que acredita na pequenez crê que guardar mágoas é uma garantia, um trunfo para um momento futuro, e assegura que a pessoa vai se manter afastada. O que essa mentalidade não quer que aprendamos é que guardar mágoas nos afasta do Campo de paz e garante que continuemos inconscientes do Ser.

Mágoas são nuvens que encobrem o sol.

.

O mindset de conflito é como um gerador de nuvens, como uma máquina de gelo seco, soprando e soprando fumaça, nos mantendo cegos para a Luz. Quando nos tornamos observadores, conscientes de que estamos envoltos em nuvens, começamos a resgatar nossa liberdade de escolher outra vez, de soltar nossas próprias resistências ao Campo de paz.

O objetivo desse manual é tomarmos contato com o incrível poder de nossa mente, a fim de restaurarmos a Consciência de paz e felicidade, livre de culpa e medo, através da qual lembraremos que somos Amor – Invulneráveis às coisas do mundo. Praticar o perdão verdadeiro vai desfazendo a constante sensação de ameaça, a necessidade de ataque e defesa, descondiciona a mente, possibilita uma nova Visão.

Somos Amor, criados pelo Amor como Ele mesmo, e é para essa toma de consciência que o perdão nos leva. É incrível como negamos essa Verdade. Isso ocorre toda vez que nos fazemos pequenos, vulneráveis, carentes, necessitados. A mente condicionada pelo sistema de conflito pensa que é arrogância reconhecer Sua Grandeza. Sem perceber que arrogância é fazer do que o Amor criou perfeito algo imperfeito. É para corrigir esse erro de percepção que surge o verdadeiro perdão e necessitamos de muita prática para sairmos do piloto automático egoico.

Esse novo jeito de viver, que o perdão possibilita, depende de uma decisão: quero ser feliz agora, quero a paz, liberar o mundo de minhas projeções. O mindset do ego argumentará: “como ser feliz em meio a tantos conflitos e problemas no mundo? Não seja indiferente, você precisa se sentir mal diante das atrocidades, ter empatia, se unir à dor das pessoas. Pode até escolher como, entretanto, precisa sofrer”. Ele sempre tem um menu de possibilidades e jeitos de nos manter magoados, estressados, sentindo pena, aprisionados no sistema de conflito.

Se você está cansado de sofrer, se acredita ter um outro jeito de viver, se quer mesmo a paz, fazer as pazes com esse momento, aprender a ouvir a Inteligência Espiritual e resgatar a comunicação com o mindset do Amor... então, o perdão é para você. O processo de perdão não requer uma mudança de comportamento, ele acontece na mente, opera na causa. Qualquer mudança no mundo da forma é consequência de uma mudança de mentalidade.

A mentalidade de paz, ou de perdão (que é a mesma coisa), desprograma a mente programada pelo medo, como se fosse um antivírus. Soltamos antigas crenças, pedimos a correção de nossa percepção distorcida pelo medo e passamos a ser canais dos pensamentos de Deus no mundo da forma. Deixamos de buscar sem sentido, entendemos que todo esforço vem do ego e lutar não faz mais sentido. Começamos a sentir que algo maravilhoso vem surgindo, a perfeita Unidade que rege todas as coisas e o Amor que permeia tudo que existe.

Não estamos separados, não estamos sós, nunca estivemos, nunca estaremos. A ilusão de que podemos estar é, na verdade, o que temos que soltar – perdoar. Soltar a ideia de um Deus que cria dualidade, punitivo, julgador. Aprender a reconhecer a culpa e entregar, pois, ela é a causa de nosso sofrimento. Somos nós mesmos que nos punimos através de nossas projeções. O perdão nos leva a ser gentis conosco, a olhar para o mundo com os olhos da compreensão, da aceitação profunda, da beleza interior.

Começamos reconhecendo o quanto estamos equivocados, iludidos a respeito do mundo, de nós mesmos. Admitindo que temos deturpado a Criação fazendo de nós mesmos e do “outro” um instrumento de nossas crenças, percepção, julgamentos, transformando o que Deus criou Uno em fragmentos imperfeitos, insatisfeitos, sofredores, carentes, vitimistas

6 - O Perdão nos leva a viver sem medo

O perdão é uma fórmula para soltarmos a culpa e vivermos sem medo. Nos liberta dos pensamentos ilusórios, do sofrimento auto imposto, nos leva a um estado de paz. O perdão torna-se desnecessário quando já não acreditamos mais no mundo da escassez e, também, para aquele que sabe Quem Verdadeiramente É. Que está desperto e compreende que sofrer não faz sentido.

Esse não é o meu caso. Se você está lendo esse livro também não é o seu, portanto, o perdão é para nós. Não é algo imposto, ou que devemos fazer. Depende de nosso desejo profundo de cura, libertação, paz para que o processo inicie. Às vezes, encontro pessoas afirmando: “Eu não tenho nada para perdoar”. Aí, pergunto: “Você se sente livre e feliz o tempo todo, independentemente do que ocorre à sua volta?”

Se a resposta é não, então, vem comigo e faça parte do clube dos perdoadores.

Falamos aqui de uma nova modalidade de perdão – o perdão não dual ensinado pelo livro de espiritualidade chamado Um Curso em Milagres. O Curso nos ensina um tipo de perdão totalmente diferente do perdão à moda antiga. Nos convida a deixar de lado o velho conceito de perdão e todas as nossas crenças sobre o que o mundo é e quem nós somos. Nós nunca, mas nunca mesmo, perdoamos “alguém”. Essa é uma visão dualista, justamente a forma antiga de perdoar onde alguém faz algo aleatório à nossa vontade, e por sermos melhores que o “outro” ou apenas porque sabemos que devemos... perdoar.

Esse perdão à moda antiga, que ratifica a maldade, faz do outro um pecador e torna a culpa real. É um falso perdão. Olhamos para o mundo, julgamos, encontramos o culpado e, por sermos mais evoluídos espiritualmente, oferecemos o perdão em um ato de generosidade. Essa forma de perdão, que foca no erro, torna a maldade real para depois perdoar, faz do perdão um jogo moral, e nos faz reviver os mesmos conflitos em ciclos, que se repetem até a exaustão. Apenas protela um aprendizado que poderíamos retirar de qualquer situação. O curso chama isso de perdão para destruir.

O ego, a voz do pequeno eu, aquele que necessita ter razão para sobreviver, é extremamente persistente em seus intentos de manter o status quo. Provavelmente, muitas vezes ainda, em meio a um conflito, ou vivendo situações de estresse, vamos ouvir sua voz persistente afirmando: “Você está coberto de razão, o outro te magoou. Se perdoar e deixar assim, ele nunca vai aprender. Além disso, o que os outros vão pensar?”

Esse é o diálogo da vítima. Daquele que pode ser ferido. Do que está à mercê do mundo. Essa é a canção fúnebre que cantamos para nós mesmos, nossa condição até conhecermos um outro modo de pensar.

Não nos lembramos Quem Somos, acreditamos ser um corpo que precisa lutar por sua sobrevivência em um mundo competitivo, cruel. Alguém, uma identidade com necessidade de se destacar, se tornar um ser humano melhor, em um pressuposto de uma maldade ontológica. A máxima é vencer a si mesmo em um processo de insatisfação constante com seu personagem.

Esse é um mundo incerto, um jogo de azar, onde somos vítimas e, às vezes, algozes. Na melhor das hipóteses, podemos encontrar um tanto de felicidade e paz quando nos tornamos vitoriosos, de acordo com alguns padrões de nosso programa familiar e social. Talvez, alguém que vive em grande abundância financeira, com um amor muito especial, um corpo bonito, saudável, ou ainda, quem abdica do mundo da forma para ser um mestre espiritual adorado. Esse mundo está desenhado assim. Há uma necessidade intrínseca de sermos especiais: viver com pessoas especiais, em lugares especiais, fazendo coisas especiais, comendo determinados tipos de alimentos especiais e isso se torna promessa de felicidade e paz. Só que não é, são falsos ídolos em uma grande confusão de níveis. Sempre iremos nos frustrar.

Buscar no mundo a saída para o vazio existencial é fútil e extremamente inútil. Por isso, a depressão, o suicídio, a ansiedade só aumentam. Buscamos e buscamos, conquistamos... e nos frustramos. Essa é justamente a máxima do ego: procure, mas não encontre. Até que, um belo dia, nos damos conta que o mundo não tem o poder para nos dar o que necessitamos, preencher o vazio, a solidão, o sentimento de escassez. Esses sentimentos todos vêm do medo, da culpa. São intrínsecos à condição de nos sentirmos humanos.

7 - Perdoar é a Forma de Resgatar Nossa Verdadeira Identidade

Quando já nos desiludimos o suficiente com o mundo, estamos prontos para o perdão. Então, o universo envia o livro certo, o professor certo, as experiências certas, as pessoas certas, a conferência que vai nos dar as pistas de como sair de ser um avatar dentro do jogo e voltar à consciência.

A lição número um de um perdoador, daquele que deseja despertar, é deixar de atribuir ao mundo o seu sentir. Aprendemos consistentemente que o mundo é causa que nossa felicidade está no mundo, nossa paz vem dele. Precisamos fazer uma reversão total de pensamento.

Esse é o primeiro passo, um componente fundamental na fórmula do perdão:

“Não sou vítima do mundo que vejo. Nada do experimento é causado por algo externo. Sou o criador de minhas experiências, o arquiteto do sonho.”

O mundo que experimentamos é o efeito dos pensamentos que sustentamos em nossa mente, nada mais, nada menos. Se somos criados pelo Amor como Ele mesmo, saber isso de coração bastaria para que despertássemos do transe hipnótico em que nos encontramos. Somos a imagem de nosso Criador, Invulneráveis, Espírito Eterno, Felicidade que tudo Abarca, um só Ser unidos à Fonte...

Não podemos reconhecer esse estado Divino porque deliberadamente estamos nos colocando em posição de fragmento, em um mundo onde parecem existir outros fragmentos fazendo algo que foge à nossa vontade. Chamamos esses fragmentos por nomes específicos em uma multiplicidade de formas e situações que servem ao propósito de provar que a separação é real.

Para que o Perdão comece a operar, precisamos sair da posição de fragmento, objeto no sonho e olhar de cima do campo de batalha. Compreender que, em um nível mais profundo, onde o jogo se gesta, sempre, sempre, sempre experimentamos os efeitos daquilo que escolhemos experimentar. Nossos ídolos estão ali, representando os papéis que lhes atribuímos.

Antes de mais nada, é fundamental que tenhamos clareza de como funciona a projeção. Para isso, podemos fazer uma checagem interna: Quem é o criador, programador, sonhador (chame como quiser) desse universo? O personagem? Jamais! O personagem é o avatar que escolhemos para jogar esse jogo. Ele tem determinadas características: homem, mulher, mãe, amigo, empresário, escritora, bom, malvado, bonito, etc. Como todos os avatares, desempenha o papel que a Mente sonhadora designa.

Se experimentamos falta de dinheiro, um relacionamento conflituoso, uma pequena dor de cabeça ou uma doença grave, podemos, a partir de agora, deixar de lutar contra isso e começar a ver tudo como uma ocasião de perdão. Todos os nossos cenários servem para nos darmos conta que somos os deuses desse mundo, nunca sua vítima. Aquilo que experimento é aquilo que desejo que ocorra em um nível subconsciente, em um extrato profundo da consciência onde está ativada a culpa. O caminho do perdão requer de nós, unicamente, a disponibilidade de soltar... e o desejo profundo de Paz.

A princípio, o perdão opera no específico, cada pequena mágoa – precisamos lembrar que não existem pequenas mágoas – por isso, o perdão tem que operar em cada perda de paz, cada ressentimento. Muitas vezes, principalmente aqueles que estão começando, podem pensar que o perdão não está funcionando, isso acontece porque ainda queremos ver os efeitos do perdão no mundo da forma. No entanto, o perdão não tem nada a ver com o mundo da forma, ele acontece na mente. Posso garantir que ele sempre funciona, pois não depende de nossa mente fragmentada, e sim de uma Instância Mental de Sabedoria e Amor que habita em nós.

Conforme praticamos e praticamos – 70 x 7 – o perdão se torna uma maneira de viver onde aprendemos a dar constantemente nossos pensamentos de conflito, a nos entregar constantemente, a dar o orgulho, a vontade de ter razão, o “Ai, pobre de mim!”, assim vamos nos tornando perdoadores e começamos a aplicá-lo até transformar-se em nossa respiração.

Gradativamente conforme avançamos, vamos saindo cada vez mais do específico, dos efeitos e manifestações e vamos indo cada vez mais a raiz do problema: a crença na separação. Somos Mente invulnerável, mas não nos sentimos assim. Somos Seres Divinos – Amor que tudo abarca. Contudo, nos sentimos pequenos, sem valor. Se você está lendo estas páginas, já descobriu ser um místico, buscador da verdade e não se conforma mais com menos do que a paz perfeita e a felicidade autêntica.

8 - O Mundo se Torna uma Lição de Perdão

Passamos a viver cada situação com fé e confiança sabendo que esse momento está pedindo discernimento: Quem sou eu nesse momento? Sou uma vítima do mundo que vejo? Ou me lembro ser livre, ser a consciência e que aquilo que experimento é aquilo que desejo em um nível subconsciente?

Todos os cenários são neutros. O mundo é neutro, o corpo é neutro, as pessoas são neutras, nós decidimos qual é o propósito: provar que somos um corpo, que a separação é real, que o mundo é alheio e externo a nós, ou lembrar Quem somos, que ainda somos como Deus nos criou.

Nosso livre arbítrio está em reconhecer todos os cenários como lições de perdão. E olhar para nossas criações com amor e benevolência, internalizando novos paradigmas fundamentais para o despertar da mente:

Como consciência que sou, estou fazendo isso a mim mesmo. Sou eu como mente que estou promovendo esta experiência, escolhendo, criando, reagindo, sofrendo, recriando, padecendo, eu mente – consciência – o sonhador do sonho.

Esse é o motivo pelo qual muitas pessoas encontram uma dificuldade tremenda em estudos de não dualidade. Quando entram em contato com o poder de sua mente se sentem culpados, ao invés de poderosos criadores de sua realidade. Entenda de uma vez por todas: você não é uma vítima do mundo que vê.

O perdão nos convida a deixar de jogar o jogo de ser uma pessoa e despertar. Somos consciência. Podemos, se queremos vibrar em outra Frequência, deixar de usar nossa varinha de condão para manipular o mundo fazendo com que nossos ídolos (pessoas, paisagens, lugares, status, relacionamentos) exerçam a função de nos fazer felizes e nos trazer paz.

Deixar de usar nossa varinha de condão (projeção) para atribuir ao mundo o poder de nos ferir, ser a causa de nossa tristeza, de encontrar o culpado para nossa insatisfação, ansiedade, depressão. Deixar de usar nossa varinha de condão transformando Deus em um juiz.

O perdão é o bálsamo que vem justamente para corrigir e sanar essa falsa e doentia percepção.

A um nível consciente, todos desejamos a paz? Será? Pode acreditar! Seus desejos são soberanos. Sejam humildes para admitir:

“Se a paz não é minha experiência é porque devo estar fazendo alguma coisa que me afasta da paz. Não Deus, meus pais, o governo, meu cônjuge, meu trabalho ou o “outro”. Eu mesmo devo estar fazendo algo que me afasta da paz”.

O livro de espiritualidade Um Curso em Milagres nos traz ideias bombásticas em relação a isso, nos fazendo reconhecer que um dos grandes obstáculos à paz é nosso próprio desejo de ficar livre dela. Pois é, assim poderosos são os nossos desejos. Podemos parar para refletir: que preço estou pagando por esse desejo?

Essa é uma questão profunda e não pode ser respondida no nível da mente onde foi criado esse desejo de conflito. É preciso acessar um outro Nível, a Inteligência Espiritual para podermos entender que tudo o que experienciamos aqui não passa de um sonho.

Quero a paz de Deus, que transcende o entendimento, ou quero seguir sofrendo, lutando, me defendendo? Quero ser o personagem no jogo ou quero me libertar totalmente dele e ser Quem sou – o Ser? Esse é o discernimento que todo perdoador precisa fazer: ou começo a reconhecer que Deus só cria Amor e que só o Amor é Real, ou continuo fazendo parte do jogo da dualidade onde bem e mal parecem coexistir?

Buscar esse discernimento denota um firme compromisso com a verdade, um novo propósito que dará um significado real à nossa trajetória: a decisão de ver além de nossa cega percepção o Infinito Amor que Somos.

9 - Uma Prática Cotidiana

O perdão é uma prática cotidiana para a nossa salvação, a nossa libertação, bem-aventurança, felicidade, glória, gozo, grandeza, plenitude, satisfação, alegria serena. Conforme vamos tendo experiências de perdão, que também podemos chamar de milagres, começa a nascer dentro de nós um certo pressentimento, algo que nos impulsiona a seguir, que nos diz que o perdão vai nos levar a um lugar extraordinário, nos revelar um mundo além de nossa capacidade de compreensão.

A partir desse estágio, desse pequeno vislumbre, passamos a desejar a maestria no perdão, a ter sede de perdoar, de incorporar sua prática em nosso cotidiano. Estamos tão viciados em projetar a culpa inconsciente que não nos damos conta que para ver um outro culpado, fazendo algo contra nós, temos que usar o pensamento de forma distorcida, negando a nossa Verdadeira Identidade.

O perdão não dual, do qual falamos aqui, tem por objetivo convencer esse ser pequeno, que se sente fragmentado, um pontinho de consciência, que, na realidade, é o TODO. Estamos tão perdidos no mundo da dualidade que sozinhos não podemos achar a saída. Em nosso atual estado dualista, alucinatório, não temos a menor condição de fazer com que o perdão dê certo. Precisamos de ajuda para poder perdoar. Ajuda de um poder que, embora esteja em nós, não vem de nós, o poder do Amor – nosso Guia Interno, Inteligência Espiritual, Espírito Santo, a Sabedoria Divina além desse mundo.

Ela será o guia para nos tirar do jogo, do labirinto por nós mesmos inventado. Somente através Dessa Instância Mental de Sabedoria e Amor, poderemos realizar nossa função e começar a experimentar os sonhos felizes oferecidos pelo perdão.

Compramos a ideia de que fomos expulsos do paraíso, só que isso nunca aconteceu. Estamos no Céu em perfeita paz e felicidade sonhando com o exílio. Por mais incrível que pareça, bastaria uma decisão ou um pensamento para essa Consciência retornar, pois ela nunca, nem por um lapso minúsculo de tempo, foi perdida. Não fomos expulsos, nós nos expulsamos do Paraíso toda vez que nos sentimos separados de nossa Fonte.

Somos herdeiros do Conhecimento, de um reino de paz, amor, alegria. Somos Criados por um Deus de Amor à sua imagem e semelhança... Somos Mente invulnerável, ilimitada, Amor que tudo abarca, portanto, temos que estar fazendo alguma coisa não há milhares de anos, mas agora, que nos mantém dissociados do Campo de consciência de paz e amor incondicional – o Céu. Esse é o desvio para o medo, a ideia de pensar a parte de Deus, do Amor, de criar por conta, de ser especial.

Dessa ideia impossível nasce o sentimento de culpa – o pecado original – a causa do medo. Não nos damos conta de que quando acreditamos ser possível a separação e dizemos “eu”, nos deprimimos, nos diminuimos, nos colocamos em uma posição insustentável. Quantas vezes ao dia repetimos essa aloucada ideia através do desejo de ser especial? Se observamos nossa mente podemos reconhecer como está ativado o pensamento eu – outro, eu – mundo. A mente que vê outro é a mente que olha para fora, a mente que olha para fora é a mente que quer ter razão.

10 - Do Desejo de Ter Razão Surge um Mundo

Não subestime o poder desse pensamento, ele tem o poder de criar universos. A Mente, que em seu estado natural está a serviço do Espírito, passa a estar a serviço dos pensamentos de separação, surge a culpa e dela o medo.

Levamos tão a sério esse pensamento, esquecemos de rir dessa brincadeira de criança. Porém, graças a Deus, ela é inocente.

Em sua caixa de areia, crianças podem construir castelos, entretanto, não podem torná-los sua morada real. Podem brincar com eles por um tempo, chorar quando esses castelos desmoronam, mas não podem fazer com que sejam a sua verdadeira casa. São apenas brinquedos inocentes. Assim são nossas criações, todas inocentes. O mundo é inocente, todos somos inocentes. Nada aqui nesse universo de coisas fugazes, que nascem para morrer, tem o poder de ferir aquele que foi Criado pelo Amor como Ele Mesmo.

Ainda que, em nossas fantasias exista um mundo imprevisível, difícil, hostil, é em nossa mente que está acontecendo. Somos nós quem damos poder às coisas para nos ferir e causar dano. O mundo é totalmente inocente.

O perdão é o método mais poderoso que existe para resgatarmos o conhecimento de Quem somos. Ele opera bem aqui, onde está nossa percepção distorcida, doente. É como uma intervenção Divina, um bálsamo, que, em gotas diárias, pequenas doses, como se fosse um floral, vai curando nossa percepção.

Tudo está em minha mente. Não existe um outro, nada lá fora, nada fora da mente. Nossos sentidos provam o contrário. Tudo à nossa volta nos mostra um mundo de coisas separadas. O cosmos inteiro colabora para reforçar essa crença. Desde dentro desse cosmos, eu mente, não consigo ver meus disfarces, as múltiplas personalidades que adoto.

Meus olhos estão treinados para ver fragmentos, meus sentidos estão aí para provar uma miríade de sensações que parecem vir de fora: o perfume de uma flor, o cheiro fétido do esgoto, o barulho da brisa do mar, os gritos de meu chefe furioso. Sem poder reconhecer o Todo, com a sensação ontológica de culpa pela fragmentação, sentimos medo, medo, medo e nos odiamos por acreditar que fomos capazes de tamanha loucura. Por isso nos polarizamos, odiamos o lixo, algumas pessoas, objetos, situações. É justamente essa fragmentação, por não nos reconhecermos nelas, que depositamos nosso auto ódio.

O perdão não dual é a forma mais poderosa que existe para recuperar nossa memória perdida, a lembrança de que somos mente – consciência – e objetos – derrubando os véus que nos impedem de ver a unidade que permeia todas as coisas. A prática cotidiana do perdão vai eliminando de nossa mente a alucinatória ideia de fragmentação.

Perdoar é passar por alto os erros que vemos no outro. Isso não significa negar nossa experiência temporal, pois negar o que sentimos seria como tapar o sol com a peneira. Já sabemos que a negação faz a projeção e o mundo está velho e cansado agora. Chega desse ciclo!

11 - A Capacidade de Discernimento

Um componente fundamental do perdão é o discernimento entre o Real e o ilusório. Podemos usar uma fórmula simples para discernir: tudo o que é criado por Deus é Real (paz, amor, vida, abundância, eternidade). O resto é uma criação do ego e, portanto, não é real (tudo o que é transitório, perecível, pode mudar). O perdão proclama que se não é eterno, não é real. Então, passar por alto significa compreender e deixar de dar realidade àquilo que não é real, ou seja, deixar de negar a verdade. Mas nunca, em hipótese alguma, negar o sentir.

O Eu Real, eterno, não pode ser afetado pelo transitório. Se entregamos para a Inteligência Espiritual nossos pensamentos ilusórios, que projetam cenários mentais de conflito e separação, todos baseados no passado, Ela age como uma Grande Borracha Cósmica, corrigindo todos os erros de nossa mente. Assim, não precisamos reviver os mesmos cenários. É assim que o perdão vai nos curando, limpando nosso subconsciente de crenças e programas.

No Mundo Real – estado mental de Unidade – não existem problemas de nenhuma ordem, não há vírus que podem matar, mães autoritárias, ruína financeira, noivos que abandonam, maridos que traem, filhos ausentes, não sentimento de escassez, carência, mágoas, não há nada, pois não há culpa. Tudo isso são símbolos da culpa inconsciente, pensamentos de ataque instalados em nossa mente através de um programa mindset de conflito – o ego – medo.

O perdão é a fórmula para liberar o sonhador de seu próprio sonho. Um salto de fé, a atualização necessária, a intervenção do Espírito. É daí que sai o “deve haver outra maneira”, quando o sonhador começa a resgatar a si mesmo, recuperando o conhecimento do Seu próprio Ser. Perdoar é reconhecer que o erro do outro não existe, salvo na mente que recria continuamente as mesmas memórias.

É uma grande insensatez pensar que devemos aceitar as pessoas como elas são. Elas são aquilo que concordamos que sejam. Fazem aquilo que pactuamos que façam. Se necessitamos um vitimário, o espelho vai nos mostrando quem acreditamos ser. Perdoar é escolher liberar o “outro” de nossas projeções, pois, justamente o que não conseguimos perdoar no outro é aquilo que não perdoamos em nós. Não porque Deus nos julgou e não somos merecedores, mas porque não conseguimos aceitar e o que não aceitamos reforçamos.

Condena e será um prisioneiro. Perdoa e será livre.

O perdão é um caminho de bênçãos e alegria. Cada vez que você se sente fracassado em perdoar, ria de si mesmo, ria muito desse personagem que decide quando perdoou e quando não perdoou. E nunca esqueça: você é um filho perfeito de Deus. Não há nada em você que não seja perfeita alegria.

12 - Um Propósito de Valor

Se nosso propósito é lembrar Quem somos, despertar desse transe hipnótico de ser uma pessoa, se essa é nossa vontade autêntica – e eu lhes garanto que é! – cada passo de nossa jornada será um meio para realizar esse propósito. E se conforme com menos. Não importa sua idade, em que passo da jornada está. O importante é que já está no caminho.

A partir do momento que perdão progride e funciona, nossa percepção começa a curar. Podemos dizer de coração: “Faça-se a Tua vontade e não a minha!”. Não em forma de resignação raivosa, mas com todo a amor e alegria. E, ao abrir nossos olhos, não veremos mais nada que não seja o SER.

Estar nesse nível sumamente avançado em espiritualidade, nos faz entrar no sonho feliz ou mundo real. Que não é um lugar, e sim o estado mental daquele que unificou sua percepção através do perdão.

Consideremos alguns pontos fundamentais, que, não necessariamente nessa ordem, fazem parte do **mindset de perdão**.

- Compromisso com a visão espiritual - Quero ser feliz ao invés de ter razão;
- Responsabilidade pela projeção - A causa do que experimento está em minha mente;
- Discernimento entre o Real e o ilusório;
- Toma de consciência: Se não estou em Paz é porque fiz um julgamento, uma interpretação;
- Renúncia a pensar por conta própria;
- Humildade de pedir ajuda para a Inteligência Espiritual;
- Decisão de parar de sofrer - entrego minha mente e meus pensamentos equivocados ao Espírito - Quero outro modo de pensar;
- Firme decisão de aceitar a ajuda e receber a Graça.

13 - Viver deliberadamente

A prática consistente do perdão nos leva a uma vida deliberada. Deixamos de ser folhas ao vento, vítimas e marionetes de um sistema de pensamento dualista, cujo combustível é o medo, para sermos Quem verdadeiramente somos: Amor – Amados, Adorados para sempre.

O caminho do perdão não é um caminho para obter mais poder no mundo. É um caminho para soltarmos tudo o que nos faz sofrer e transcender cada pensamento que não esteja alinhado com os pensamentos mais elevados de Amor no mundo da forma. Pensamentos de medo, culpa, angústia, insatisfação, mágoa, inveja, solidão, vazio, escassez, não estão alinhados. Pensamentos de paz, amor, aceitação profunda, alegria, benevolência, compreensão, confiança, felicidade, esses sim estão alinhados com o mindset do Amor.

Somos livres para criar aquilo que desejamos. Que a Inteligência Espiritual nos ensine o discernimento necessário para que nossos desejos nos levem à paz. A sermos canais para que o Amor Crie através de nós. Cocriar o bom, o belo, o sagrado.

É uma honra e uma alegria fazer esse caminho com você.

Sirilei S. Gambin

sirileigambin@gmail.com

