

## Mensagem 82

Paris, 18 Dezembro de 2005

### Porquê a fadiga quando a energia é o nosso estado natural?

No Retiro dos Himalaias de 2005 os ensinamentos revelaram-se sagrados e de forte impacto. E os programas aconteceram sem folgas, febris.

As refeições extremamente boas e de novidade sempre renovada, em todas as ocasiões, nunca se repetiram.

O ambiente nos Himalaias era o céu, propriamente dito, com o seu pio, panorâmico e profundo cenário, por todo o lado.

Não havia lugar para a fadiga que emana do campo das fragmentações na mente. E só havia “não-mente”, como se lá só existisse vida.

Apesar de tudo, alguns participantes queixavam-se de fadiga!

Começaram, então, a fluir, espontaneamente, ensinamentos sobre a fadiga, como uma *Queda* (cascata) e aconteceu transformação na psique.

Mais tarde, os participantes sugeriram que o resumo deste ensinamento aparecesse no *web-site*, como uma Mensagem.

Agradecimentos são devidos aos participantes búlgaros que produziram um vídeo, e, depois disso, enviaram a transcrição manuscrita, com o tamanho possível, a *Shibendu* para a conclusão desta Mensagem.

Rabindra Nath Tagore, o famoso poeta-sábio da Índia, diz numa melodiosa e bela canção: - “*Klanti Amaar Khamaa Karo Prahbhu...*” Significando: “*Ó vida, Ó Senhor, Ó omnipenetrante Vida-Inteligente, perdoa esta fadiga do “Eu”, da mente, perdoa a tacañez, esta obtusidade, esta indigência, esta falta de energia da mente...*”

Energia é o estado natural da vida. A fadiga é o mecanismo protector da mente que é inimigo da vida. A vida preenche-se a si própria, simplesmente, pelo facto de ver. A mente busca preenchimento pelo facto de se tornar, atingindo alvos, alcançando marcos, reagindo, com arrependimento, ressentindo-se, ficando dependente, defendendo-se, iludindo-se.

A mente só possui fragmentação.

A vida tem graça. A mente é fadiga.

O corpo, a vida com limites, numa situação particular pode precisar de descansar, de refrescamento, de relaxamento, de profundo silêncio, sonecas (sestas), de sono e, assim, o corpo torna-se, ele mesmo, disponível, espontaneamente, para o rejuvenescimento.

Deixa de classificar tal como uma situação de fadiga e começa a preocupar-se com isso.

É a mente que classifica uma situação como agradável ou desagradável, fadiga ou o que quer que seja.

Ela agarra desesperadamente o agradável e torna-se hostil ao desagradável. Tal começa a destruir o corpo, trás-lhe doenças e, como consequência, contraímos toda a espécie de desarranjos psicossomáticos. Deste modo, a mente começa a desempenhar o seu papel de inimigo da vida! A seguir, vão-se aprender técnicas de relaxamento com música psicadélica e visões de reflexos condicionados para entrar em maiores e mais delicadas complicações da mente pretenciosa. E o “**Eu**” que é a mesma mente, esconde-se cuidadosamente atrás de cada uma das suas actividades. Os “Centos de Yoga”, com certeza, desse modo, transformam-se num bom negócio.

A elevada ansiedade para relaxar dá continuidade ao fardo do “**Eu**” que o corpo (vida) carrega desnecessariamente, criando mais conflito e perturbação, em todos os níveis da acção humana. Quem quer que seja, pode, assim beneficiar de programas de destreza física e auto hipnose sob a sagrada bandeira do Yoga, com divertimento e excitação, em consequência do uso de jargão sânscrito.

Mas a essência do Yoga é o despertar da Inteligência, da Integração e Percepção Directa (*insigth*). Acontecem quando os conteúdos da consciência, são enfrentados honestamente (a direito), sem os alimentar ou lutar contra eles. Este despertar acontece quando uma parte da consciência corpórea **não** assume, de facto, autoridade para manipular as outras partes, imaginando que essa **autoridade-parte-governante**, está separada do resto da consciência.

Esta “**autoridade**” projecta, então, permanência, como “**individual**” e “**alma**”, com estratégias separadas e especiais para o sucesso e salvação, de acordo com um sistema particular de crenças. Actualmente, este é o pequeno “**eu**” de fraca figura, o mito, a entidade virtual, a fragmentação na consciência corpórea!

A essência do Yoga é a mutação nesta rede “**Eu mente**”, quando uma alteração radical tem lugar, por intermédio de uma **total não-actividade** na psique.

Começa então a verdadeira cura pelo sagrado que nada tem a ver com os pretensiosos “curadores” do mercado espiritual.

A essência do Yoga é liberdade da vida (corpo) do estrangulamento dos instrumentos do “**Eu mente**” e respectivas ocupações, obsessões e obscuridade. Trata-se da redescoberta da verdade e compreensão da vida por cada um e todos os seres humanos, sem perseguir a propagada ideia há cerca da verdade, que é tão feroz, por toda a parte.

Toda a nossa energia provém da nossa mãe.

Isto faz parte do antigo conhecimento e também é corroborado pelas modernas ciências biológicas. Portanto, quando estiverdes fatigados, lembrai-vos apenas da vossa mãe ou de outras figuras de mãe, como *Annapurna* (Ana Maria), *Ma-Radha* (Maria), *Saraswati* (Sara), *Kali-Ma* (Fátima) e por aí adiante.

**Sede uma rocha firme na corrente do rio da vida.  
Não permaneceis na fadiga da mente.**

**Jai Maa (Mãe)**