

Um Universo Interior

Existem muitas maneiras para explicar a meditação, o que é, o que ela faz, como funciona. Meditação, dizem, é um caminho para induzir uma resposta de relaxamento. Meditação, outros afirmam, é uma forma de treinar e fortalecer a consciência; um método para centrar e focalizar o eu; um meio de deter o constante pensamento verbal e relaxar o corpo-mente; uma técnica para acalmar o sistema nervoso central; um modo de aliviar tensões, reforçar a auto-estima, reduzir a ansiedade e aliviar a depressão.

Tudo isso é verdade; tem sido demonstrado clinicamente que a meditação produz todos esses efeitos. Mas eu gostaria de enfatizar que meditação propriamente dita é, e sempre foi, uma prática espiritual. A meditação, seja ela cristã, budista, hinduísta, taoísta ou muçulmana, foi inventada como um modo para a alma aventurar-se interiormente e, em última instância, descobrir sua identidade suprema com a Divindade. “O Reino dos Céus está dentro de você” – e a meditação, desde o início, tem sido a estrada real para esse Reino. Não importa o que ela faça, e ela proporciona muitas coisas benéficas, a meditação é, acima de tudo, uma busca do Deus imanente.

Eu diria que a meditação é espiritual, mas não religiosa. Espiritual tem a ver com experiência real, não com meras crenças; com Deus como a Essência do Ser, não com a figura de um Papai cósmico; com o despertar para o Eu verdadeiro, não com rezar para seu pequeno eu; com a disciplina da consciência, não com moralismos igrejeiros e enfadonhos sobre bebida, fumo e sexo; com o Espírito existente no coração de todos, não com alguma coisa feita por essa ou aquela igreja. Mahatma Gandhi é espiritual; Oral Roberts é religioso. Albert Einstein, Martin Luther King, Albert Schweitzer, Emerson, Thoreau, Santa Teresa d’Ávila, Santa Juliana de Norwich, William James são espirituais. Billy Graham, Arcebispo Sheen, Robert Schüller, Pat Robertson, Cardeal O’Connor são religiosos.

A meditação é espiritual; a oração é religiosa. Isto é, a oração rogatória, em que peço a Deus para me dar um carro novo, ajudar na minha promoção etc. é religiosa; ela simplesmente sustenta os desejos e vontades do ego. A meditação, por outro lado, busca ir, de modo geral, além do ego; não pede nada a Deus, real ou imaginário; ao contrário, oferece o ego em sacrifício rumo a uma consciência superior.

Portanto, a meditação não pertence a uma religião em particular, mas sim à cultura espiritual universal do gênero humano – um esforço para trazer consciência a todos os aspectos da vida. É, em outras palavras, parte do que foi chamado filosofia perene.

Em seguida uma entrevista concedida por Ken Wilber sobre a temática da Filosofia Perene à sua esposa Treya Killam Wilber.

Treya Killam Wilber: Por que você não começa explicando o que significa “filosofia perene”?

Ken Wilber: A filosofia perene é a visão de mundo que foi abraçada pela ampla maioria dos maiores mestres espirituais, filósofos, pensadores e até cientistas do mundo inteiro. É chamada "perene" ou "universal" porque aparece praticamente em todas as culturas do globo e em todas as eras. Nós a encontramos na Índia, México, China, Japão, Mesopotâmia, Egito, Tibete, Alemanha, Grécia...

E onde quer que a encontremos, ela apresenta características essencialmente semelhantes, é concorde praticamente em Todo o mundo. Nós, modernos, que raramente concordamos com alguma coisa, temos dificuldade para acreditar nisso. Mas, como resumido por Alan Watts, baseando-se nas evidências disponíveis – permita-me que leia: "Assim, estamos pouco conscientes da extrema peculiaridade da nossa própria posição e achamos difícil reconhecer o simples fato de que sempre existiu um consenso filosófico único de extensão universal. Ele tem sido defendido por [homens e mulheres] que relatam os mesmos *insights* e ensinam a mesma doutrina essencial, não importando se vivem hoje ou viveram há 6 mil anos, se são do Novo México no Extremo Ocidente ou do Japão no Extremo Oriente".

Isso é realmente notável. Eu penso que é, fundamentalmente, um testemunho relativo à natureza universal dessas verdades, à experiência universal de uma humanidade coletiva que concordou, em toda parte, com certas verdades profundas a respeito da condição humana e do seu acesso ao Divino. Essa é uma forma de descrever a *philosophia perennis*.

TKW: Muito bem, você afirma que a filosofia perene é essencialmente a mesma em diversas culturas. Mas, e quanto ao argumento moderno de que Todo conhecimento é moldado pelo idioma e cultura, e já que as culturas e idiomas diferem dramaticamente, simplesmente não se pode descobrir nenhum tipo de verdade universal ou coletiva a respeito da condição humana? Não existe condição humana, existem apenas histórias humanas, essas histórias, dependendo do lugar, são bastante diferentes. O que você me diz sobre o conceito do relativismo cultural?

KW: Há muita verdade nele – realmente existem culturas bastante diferentes de "conhecimento local", e pesquisar essas diferenças é um trabalho muito importante. Mas o relativismo cultural não contempla a verdade completa. Além das diferenças culturais óbvias, como tipos de culinária, estruturas lingüísticas ou costumes conjugais, há muitos fenômenos da existência humana que são amplamente universais ou coletivos. O corpo humano, por exemplo, tem 208 ossos, um coração, dois rins e assim por diante, independentemente se o indivíduo nasceu em Manhattan ou Moçambique, se nasceu hoje ou há mil anos. Chamamos essas características universais "estruturas profundas", porque são essencialmente as mesmas em toda parte. Por outro lado, isso

não evita que as várias culturas usem essas estruturas profundas de forma bastante diferentes: a amarração dos pés das chinesas para evitar que cresçam, o esticamento dos lábios dos Ubangis, pintura corporal, estilos de vestuários, tipo de carícia, sexo e trabalho, que variam consideravelmente de cultura para cultura. Essas variáveis são chamadas “estruturas superficiais”, uma vez que são locais e não universais.

Observamos a mesma coisa com respeito à mente humana. Além das estruturas superficiais, que variam de cultura para cultura, a mente humana, como o corpo, tem estruturas profundas que são basicamente semelhantes. Isto é, onde quer que surjam mentes humanas, elas apresentam a capacidade para formar imagens, símbolos, conceitos e regras. As imagens e símbolos particulares variam de cultura para cultura, é verdade, mas a capacidade específica para formar essas estruturas mentais e lingüísticas, e as próprias estruturas, são essencialmente similares onde quer que apareçam. Da mesma maneira que cresce cabelo no corpo humano, os símbolos emergem da mente humana. As estruturas mentais superficiais variam consideravelmente, mas as estruturas mentais profundas são muito semelhantes.

Agora, da mesma forma que, universalmente, cresce cabelo no corpo humano e surgem idéias na mente humana, emergem intuições do Divino no espírito humano. E essas intuições e *insights* formam o núcleo das grandes tradições espirituais e de sabedoria do mundo. E novamente, embora as estruturas superficiais das grandes tradições sejam certamente bastante diferentes, suas estruturas profundas são muito semelhantes, quase sempre idênticas. Desse modo, a filosofia perene está interessada, principalmente, nas estruturas profundas do encontro humano com o Divino. Porque quando você descobre uma verdade com que – hindus, cristãos, budistas, taoístas e sufis – *todos concordam*, então, provavelmente, achou algo que é profundamente importante, algo que lhe fala sobre verdades universais e significados supremos, algo que toca o cerne da condição humana.

TKW: À primeira vista, é difícil notar quais são os pontos comuns entre o Budismo e o Cristianismo. Assim, quais são exatamente os fundamentos da filosofia perene? Você poderia discorrer sobre as questões principais? Quantas verdades profundas ou pontos de concordância existem?

KW: Dezenas. Eu lhe apresentarei sete, que considero os mais importantes. Um – o Espírito existe e Dois – o Espírito é imanente. Três – Entretanto, a maior parte de nós não percebe o Espírito imanente, porque vivemos em um mundo de pecado, separação e dualidade, isto é, vivemos em um estado decaído ou ilusório. Quatro – Existe uma saída para esse estado decaído de pecado e ilusão, existe um Caminho para nossa libertação. Cinco – Se seguirmos esse Caminho até o fim, o resultado é um Renascimento ou Iluminação, uma experiência direta do Espírito imanente, uma Libertação Suprema, que – Seis – Marca o fim do pecado e sofrimento, e que – Sete –

resulta em ação social de misericórdia e compaixão para com todos os seres sencientes.

TKW: É muita informação de uma vez. Vamos por partes. O Espírito existe.

KW: O Espírito existe, Deus existe, existe uma Realidade Suprema. Brahman, Dharmakaya, Kether, Tao, allah, Shiva, Yahweh, Aton. "Eles chamam de muitos nomes Aquele que é realmente Um".

TKW: Mas como você sabe que o Espírito existe? Os místicos afirmam isso, mas em que eles se baseiam para fazê-lo?

KW: Na experiência direta. Suas afirmações são baseadas não em meras crenças, idéias, teorias ou dogmas, mas sim na experiência direta, na vivência espiritual real. Isso é o que distingue o misticismo das crenças religiosas meramente dogmáticas.

TKW: Mas o que você me diz sobre o argumento de que a experiência mística não é conhecimento válido, uma vez que é inefável e, portanto incomunicável?

KW: A experiência mística é realmente inefável, isto é, não passível de ser completamente posta em palavras. Como qualquer experiência – um pôr-do-sol, comer um pedaço de bolo, escutar Bach – tem-se de passar pela experiência real para ver como é. Mas daí não concluímos que o pôr-do-sol, o bolo e a música não existam ou não sejam válidos. Além disso, embora a experiência mística seja amplamente inefável, ela pode ser comunicada ou transmitida. Por exemplo, seguindo uma prática espiritual sob a orientação de um mestre ou instrutor espiritual, da mesma forma como o judô pode ser ensinado, mas não explicado.

TKW: Mas a experiência mística, que parece tão certa para o místico, pode, na verdade, estar simplesmente equivocada. Os místicos podem achar que estão se tornando um com Deus, mas isso não significa necessariamente que seja o que está acontecendo de fato. Nenhum conhecimento pode ser considerado absolutamente correto.

KW: Concordo que, em princípio, não se pode ter certeza da veracidade das experiências místicas, nem de quaisquer outras experiências diretas. Mas longe de demolir as afirmações dos místicos, esse argumento realmente as eleva a um status equiparado a Todo conhecimento experimental, uma condição que eu, sem dúvida, aceitaria. Em outras palavras, essa restrição ao conhecimento místico realmente se aplica a todas as formas de conhecimento baseadas em evidências experimentais,

inclusive às ciências empíricas. Acho que estou olhando para a lua, mas posso estar errado; os físicos pensam que os elétrons existem, mas eles podem estar errados; os críticos acreditam que Hamlet foi escrito por uma pessoa histórica chamada Shakespeare, mas eles podem estar errados; e assim por diante. Como podemos ter certeza? Nós verificamos com mais experiências – que é exatamente o que os místicos historicamente fizeram, verificando e refinando suas experiências ao longo de décadas, séculos e até milênios, um histórico que faz com que a ciência moderna se pareça um bebê recém-nascido. O ponto é que, longe de nos levar a desprezar as afirmações dos místicos, esse argumento, real e corretamente, lhes proporciona exatamente o mesmo status do conhecimento de qualquer outro campo, corroborado pelos peritos no respectivo assunto.

TKW: Faz sentido. Mas frequentemente ouço que a visão mística poderia ser de fato esquizofrênica. Como você responde a essa crítica comum?

KW: Eu acredito que ninguém duvide de que alguns místicos também possam manifestar algumas características esquizofrênicas e que alguns esquizofrênicos possam, da mesma forma, evidenciar *insights* místicos. Mas não conheço nenhuma autoridade no assunto que acredite que experiências místicas são, básica e principalmente, alucinações esquizofrênicas. Conheço um número razoável de leigos que pensam assim, e é difícil convencê-los do contrário num curto espaço de tempo. Portanto, digo apenas que as práticas espirituais e contemplativas usadas pelos místicos – como a oração contemplativa ou a meditação – podem ser muito potentes, mas não suficientemente vigorosas para transformar, em poucos anos, um número indiscriminado de homens e mulheres adultos, normais e saudáveis, em um grupo florescente de esquizofrênicos alucinados. O mestre zen Hakuin formou 83 discípulos totalmente iluminados que, juntos, revitalizaram e organizaram o Zen japonês. Oitenta e três esquizofrênicos alucinados não conseguiriam organizar sequer uma ida ao banheiro, quanto mais o Zen japonês.

TKW: [Rindo]. Uma última objeção: a noção de ser “um com o Espírito” é apenas um mecanismo regressivo de defesa projetado para proteger a pessoa dos horrores da mortalidade e da finitude.

KW: Se a “unidade com o Espírito” for meramente uma crença, uma idéia ou uma esperança, então, normalmente, ela faz parte do “projeto de imortalidade” da pessoa, um sistema de defesas desenvolvido para, mágica ou regressivamente, repelir a morte a morte e criar uma promessa de expansão ou continuação da vida, como tentei explicar em *Éden: Queda ou Ascensão?** e *Um Deus Social***. Mas a experiência de unidade atemporal com o Espírito não é uma idéia ou um desejo; é uma apreensão

direta, e podemos tratar essa *experiência direta* de três modos: afirmar que é alucinatória, como acabei de tratar; dizer que é um equívoco, o que também já comentei; ou aceitá-la como é, uma experiência direta do Espírito.

TKW: Então você está afirmando, de fato, que o misticismo genuíno, ao contrário da religião dogmática, é realmente científico, porque se baseia em evidências e provas experimentais diretas.

KW: Sim, está certo. Os místicos aconselham que você não aceite nada apenas como crença. Ao contrário, eles proporcionam um conjunto de experimentos para testar sua consciência e experiência. O laboratório é sua própria mente, a experiência é meditação. Você tenta por si mesmo e compara os resultados do seu teste com outros que também realizaram o experimento. A partir desse corpo de conhecimentos experimentais consensualmente validado, você chega a certas leis do espírito, a certas "verdades profundas", se preferir. E a primeira é: Deus existe.

TKW: Bem, isso nos traz de volta à filosofia perene, ou filosofia mística, e aos sete de seus principais pontos. O segundo é: o Espírito imanente.

KW: O Espírito imanente; existe um universo imanente. A impressionante mensagem dos místicos é que, no cerne do seu ser, você é Deus. No sentido exato, Deus não está nem dentro nem fora – o Espírito transcende qualquer dualidade. Mas descobre-se isso de forma consistente olhando para dentro, até que "dentro" transforme-se em "além". A versão mais famosa dessa verdade perene encontra-se no *Chandogya Upanishad*, que diz: "Na própria essência do seu ser, você não percebe a Verdade; mas ela está lá de fato. Naquilo que é a essência sutil do seu próprio ser, tudo que existe contém o Eu. Uma essência invisível e sutil é o Espírito do universo inteiro. Essa é a verdade, isso é o Eu, e você, você é Isso".

Você é Isso, *tat tvan asi*. Escusado dizer que o "você" que é "Isso" não é seu eu ou ego, isolado e individual, esse ou aquele eu, sr. Fulano ou sra. Sicrano etc. Na verdade, o eu ou ego individual é justamente o que bloqueia a realização da Identidade Suprema em primeiro lugar. Ao contrário, o "você" em questão é sua parte mais profunda – ou, se preferir, a sua parte mais elevada – a essência sutil citada no *Upanishad*, aquilo que transcende seu ego mortal e participa diretamente do Divino. No Judaísmo é chamada *ruach*, o espírito divino e supra-individual em cada pessoa, e não o *nefesh*, ou ego individual. No Cristianismo, é o pneuma intrínseco ou espírito que é da mesma essência de Deus, e não a psique ou alma individual, que, na melhor das hipóteses, consegue adorar Deus. Como disse Coomaraswamy, a distinção entre o espírito eterno-imortal e a alma individual-mortal (o ego que faz sentido) de uma pessoa é um princípio fundamental da filosofia perene. Eu acho que é o único modo de

entender, por exemplo, de outra forma a observação do Cristo de que uma pessoa não pode ser um verdadeiro cristão "a menos que odeie a própria alma". Somente "odiando", "dispensando" ou "transcendendo" sua alma mortal, você descobre seu espírito imortal, uno com o Todo.

TKW: São Paulo afirmou: "Eu vivo, ainda que não eu, mas Cristo vive em mim". Você está dizendo que São Paulo descobriu seu verdadeiro Eu, uno com Cristo, que substituiu seu antigo eu inferior, sua alma ou psique individual.

KW: Sim. Seu *ruach*, ou essência, é a Realidade Suprema, não seu *nefesh* ou ego. É claro que se você acha que seu ego individual é Deus, você está com sérios problemas. Você pode estar, de fato, com alguma psicose, da paranóia à esquizofrenia. Obviamente, isso não é o que os maiores filósofos e sábios do mundo têm em mente.

TKW: Mas, então, por que mais pessoas não estão cientes disso? Se o Espírito é, de fato, imanente, por que isso não é evidente para Todo mundo?

KW: Bem, esse é o terceiro pondo. Se eu sou realmente um com Deus, por que não percebo isso? Algo deve ter me separado do Espírito. Por que essa Queda? Qual foi o pecado?

TKW: Não foi ter comido uma maçã.

KW: [Rindo]. Não foi ter comido uma maçã.

As várias tradições dão muitas respostas a essa pergunta, mas todas se resumem essencialmente à seguinte: eu não consigo perceber minha verdadeira identidade, ou minha unidade com o Espírito, porque minha consciência está nublada e obstruída por uma certa atividade a que agora me dedico. E essa atividade, embora conhecida por muitos nomes diferentes, é simplesmente a de contrair e focalizar a consciência no meu eu individual ou ego pessoal. Minha consciência não está aberta, relaxada e centrada em Deus; está fechada, contraída e autocentrada. E justamente porque me identifico com a autocontração, excluindo tudo o mais, não desvelo ou descubro minha identidade anterior, minha verdadeira identidade com o Todo. Portanto, minha natureza individual, "o homem natural", decaiu, ou vive em pecado, separada e alienada do Espírito e do resto do mundo. Estou afastado e isolado do mundo "lá fora", que percebo ser totalmente exterior, estranho e hostil a mim. E, assim, meu próprio ser certamente não aparenta ser uno com o Todo, uno com tudo que existe, uno com o Espírito infinito; ao contrário, parece completamente encaixotado e encarcerado nesse muro de isolamento de carne mortal.

TKW: Essa situação é normalmente chamada de "dualismo", não é?

KW: Sim. Eu me coloco como "sujeito" separado do mundo de "objetos" lá fora, e aí, baseado nesse dualismo original, continuo a dividir o mundo em todos os tipos de opostos conflitantes: prazer *versus* dor, bem *versus* mal, verdade *versus* mentira, e assim por diante. De acordo com a filosofia perene, a consciência dominada pela autocontração, pelo dualismo sujeito-objeto, não consegue perceber a realidade como ela é, a realidade em sua inteireza, a realidade como a Identidade Suprema. Em outras palavras, o pecado é a autocontração, a sensação de um eu separado, o ego. O pecado não é algo que o eu *faz*, é algo que o eu *é*.

Além disso, a autocontração, o sujeito isolado "aqui dentro", justamente porque não reconhece sua real identidade com o Todo, sente uma sensação aguda de perda, de privação, de fragmentação. A sensação de separação do eu, em outras palavras, já nasce em sofrimento – nasce "decaída". O sofrimento não é algo que *acontece* ao eu alienado, é algo que *é inerente* a ele. "Pecado", "sofrimento" e "eu" são diferentes nomes para o mesmo processo, a mesma contração ou fragmentação da consciência. Você não consegue evitar que o eu sofra. Como o Buda Gautama afirmou: "Para pôr fim ao sofrimento você deve pôr fim ao eu – eles nascem e morrem juntos".

TKW: Portanto, este mundo dualista é um mundo decaído e o pecado original é a autocontração em cada um de nós. E você está afirmando que tanto os místicos orientais quanto os místicos ocidentais definem realmente pecado e inferno como conseqüências da autocontração?

KW: O eu alienado e seu apego, desejo e fuga desamorosos – sim, com certeza. É verdade que o igualamento do inferno ou *samsara* ao eu alienado é muito enfatizado no Oriente, em particular no Hinduísmo e no Budismo. Mas você encontra essencialmente o mesmo tema nos escritos dos místicos católicos, gnósticos, quacres, cabalísticos e islâmicos. O meu favorito é do notável William Law, místico cristão inglês do século XVIII; vou lê-lo para você: "Eis aqui o resumo de toda a verdade. Pecado, morte, danação e inferno nada mais são do que o reino do eu, ou as várias formas de amor-próprio, auto-estima e egoísmo que separam a alma de Deus e resultam na morte e no inferno eterno". Ou lembremo-nos do famoso ditado do grande místico islâmico Jalaluddin Rumi: "Se você ainda não viu o diabo, olhe para si mesmo". Ou do sufi Abi'l-Khayr: "Não existe nenhum inferno a não ser o ego, nenhum paraíso a não ser a ausência do ego". Isso está de acordo com a afirmação dos místicos cristãos, como apresentado na *Theologia Germânica*: "Nada queima no inferno a não ser o egoísmo".

TKW: Sim, entendo. Então a transcendência do "pequeno eu" leva à descoberta do "grande Eu".

KW: Exato. Esse “pequeno eu”, ou alma individual, é conhecido em sânscrito como *ahamkara*, que significa “nó” ou “contração”, e esse *ahamkara*, essa contração dualista ou egocêntrica da consciência, está na raiz do nosso estado decaído.

Mas isso nos leva ao quarto ponto importante da filosofia perene: existe uma forma de inverter a Queda, um modo de mudar essa brutal situação atual, um caminho para desatar o nó da ilusão.

TKW: Jogar o pequeno eu no lixo.

KW: [Rindo]. Sim, jogar o pequeno eu no lixo. Renunciar ou morrer para o sendo do eu alienado, o pequeno eu, a autocontração. Se quisermos descobrir nossa identidade com o Todo, temos de abrir mão do nosso caso de identidade equivocada com o ego isolado. Essa Queda pode ser imediatamente revertida pela compreensão de que, na realidade, ela nunca aconteceu de fato – existe somente Deus, o eu alienado é uma ilusão. Mas, para a maioria de nós, a Queda tem de ser revertida gradualmente, passo a passo.

Em outras palavras, o quarto ponto da filosofia perene é a existência de um Caminho – Caminho esse que, se seguido corretamente, nos guiará de nosso estado decaído para nosso estado iluminado, do samsara ao nirvana, do inferno ao paraíso. Como colocado por Plotino: “um vôo do solitário ao Solitário” – isto é, do eu ao Eu.

TKW: Esse caminho é a meditação?

KW: Bem, poderíamos dizer que existem vários “caminhos” que constituem o que estou genericamente chamando de “o Caminho” – novamente várias estruturas superficiais compartilhando das mesmas estruturas profundas. Por exemplo, o Hinduísmo afirma que existem cinco caminhos ou iogas importantes. “loga” significa simplesmente “união”, um caminho para unir a alma à Divindade. Em português a palavra é “jugo”. Quando Cristo disse: “Meu jugo é leve”, ele quis dizer: “Meu ioga é leve”. Encontramos a mesma raiz no hitita *yugan*, no latim *jugum*, no grego *zugon* e assim por diante.

Mas talvez eu possa simplificar dizendo que todos eles, seja no Hinduísmo ou em quaisquer outras tradições de sabedoria, resumem-se a apenas dois caminhos principais. Tenho aqui outra citação para você, se conseguir encontrá-la – essa é do Swami Ramdas: “Há dois caminhos: um é para expandir seu ego ao infinito e o outro, para reduzi-lo a nada, o primeiro pelo conhecimento e o último pela devoção. O *jnani* [possuidor de conhecimento] diz: ‘Eu sou Deus – a Verdade Universal’. O devoto diz: ‘Eu sou nada, oh Deus, Você é tudo’. Em ambos os casos, o senso de ego desaparece”.

O ponto é que, em qualquer das situações, um indivíduo no Caminho transcende o pequeno eu, ou morre para o pequeno eu e, assim, redescobre ou ressuscita sua

Identidade Suprema com o Espírito universal. E isso nos leva ao quinto ponto importante da filosofia perene, isto é, o do Renascimento, Ressurreição ou Iluminação. O pequeno eu deve morrer para seu próprio ser de forma que o grande Eu possa ressuscitar.

Essa morte (e o novo nascimento) é descrita de diferentes formas pelas tradições. No Cristianismo, claro, ela encontra seu protótipo nas figuras de Adão e Jesus – Adão, que os místicos chamam de o “Homem Velho” ou “Homem Exterior”, é considerado o responsável por ter aberto o portal do Inferno, enquanto Jesus Cristo, o “Homem Novo” ou “Homem Interior”, abre o portal do Paraíso. Mais especificamente, a própria morte e ressurreição de Jesus, de acordo com os místicos, é o arquétipo da morte do eu alienado e a ressurreição de um destino novo e eterno no fluxo da consciência, isto é, o divino Eu Crístico e sua Ascensão. Como disse Santo Agostinho: “Deus se fez homem de forma que o homem pudesse se tornar Deus”. Esse processo de transformação da “humanidade” para a “divindade”, ou da pessoa exterior para a pessoa interior, ou do eu para o Eu, é conhecido no Cristianismo como *metanoia*, que significa tanto “arrependimento” quanto “transformação” – nós nos arrependemos do eu (ou pecado) e nos transformamos no Eu (ou Cristo); como você lembrou, “não eu, mas Cristo vive em mim”. Da mesma forma, o Islã visualiza essa morte-e-ressurreição como *tawbah*, que significa “arrependimento”, e *galb*, que significa “transformação”, ambos resumidos na frase sucinta de al-bistami: “Esquecer o eu é recordar Deus”.

Tanto no Hinduísmo quanto no Budismo, essa morte-e-ressurreição é sempre descrita como a morte da alma individual (*jvatman*) e o novo despertar da natureza verdadeira que, metaforicamente, os hindus descrevem como o Ser Total (*Brahman*) e os budistas como a Pura Abertura (*Shunyata*). O momento real do renascimento ou renovação é conhecido por iluminação ou liberação (*moksha* ou *bodhi*). O *Lankavatara Sutra* descreve essa experiência de iluminação como uma “volta completa na essência mais profunda da consciência”. Essa “volta completa” é simplesmente a eliminação da tendência habitual para criar um eu separado e substantivo, onde existe de fato apenas a vasta, aberta e clara consciência. O Zen chama essa volta completa ou metanóia de *satori* ou *kensho*. “*Ken*” significa natureza verdadeira e “*sho*” significa “ver diretamente”. Ver diretamente a natureza verdadeira é tornar-se Buda. Como colocado por Meister Eckhart: “Com essa conquista, descubro que Deus e eu somos o mesmo”.

TKW: A Iluminação é realmente experienciada como uma morte real ou isso é só uma metáfora comum?

KW: Morte real do ego, sim. Não é uma metáfora. Os relatos dessa experiência, que pode ser muito dramática ou também bem simples e não-dramática, deixam claro que, de repente, você desperta e descobre que, entre outras coisas, seu ser verdadeiro é *tudo* para o que você está olhando agora, que você é literalmente uno com toda a

manifestação, uno com o universo, por mais banal que isso possa parecer, e que você não se tornou uno com Deus e o Todo, você eternamente foi essa unidade, apenas não a percebia.

Junto com esse sentimento, ou descoberta do Eu onipresente, vem o sentimento bem concreto de que seu pequeno eu simplesmente morreu, morreu de fato. O Zen chama o *satori* de "a Grande Morte". Eckhart foi mais objetivo: "a alma", disse ele, "deve se dispor a morrer". Coomaraswamy explica: "Basta usar nossos eus mortos como degraus até que percebamos, afinal, que não existe literalmente nada com que possamos identificar nosso Eu, não podemos nos tornar o que já somos". Ou Eckhart novamente: "O reino de Deus existe apenas para os completamente mortos"

TKW: Morrer para o pequeno eu é descobrir a eternidade.

KW: [Pausa longa]. Sim, desde que não entendamos a eternidade como sendo um tempo perpétuo, mas sim um ponto sem tempo, o assim chamado presente eterno ou agora intemporal. O Eu não vive para sempre no tempo, vive no presente eterno anterior ao tempo, anterior à história, à mudança, à sucessão. O Eu se faz presente como Presença Pura, não como uma duração perpétua, um conceito bem terrível.

De qualquer maneira, isso nos leva ao sexto ponto importante da filosofia perene, isto é, que a iluminação ou liberação acaba com o sofrimento. O Buda Gautama, por exemplo, disse que ensinou apenas duas coisas: o que causa o sofrimento e como dar fim a ele. O que causa o sofrimento é o apego e o desejo do eu alienado, e o que dá fim é o caminho meditativo, que transcende o eu e o desejo. O ponto é que o sofrimento é inerente ao nó ou contração conhecida como eu, e o único caminho para acabar com ele é dar fim ao próprio eu. Não é que após a iluminação, ou depois de uma prática espiritual em geral, você não sinta mais dor, angústia, medo ou mágoa. Você sente. Apenas eles não ameaçam mais sua existência e, portanto, deixam de ser problemáticos. Você não se identifica mais com ele, dramatizando-os, energizando-os, sentindo-se ameaçado. Por um lado, não existe mais nenhum eu fragmentado a ameaçar, e por outro, o Grande Eu não pode ser ameaçado, já que sendo o Todo, não existe nada fora dele que possa prejudicá-lo. Um profundo relaxamento e desdobramento ocorre no coração. O indivíduo percebe isso, não importa quanto sofrimento possa ter ocorrido; ele não afeta fundamentalmente seu verdadeiro Ser. O sofrimento vem e vai, mas a pessoa agora possui a "paz que supera a compreensão". O sábio sofre, mas não se sente "ferido". Porque o sábio está consciente da dor e é motivado pela compaixão, por um desejo de ajudar todos aqueles que sofrem e acham que o sofrimento é real.

TKW: O que nos leva ao sétimo ponto, sobre a motivação iluminada.

KW: Sim. A iluminação genuína resulta em ação social impelida por misericórdia, compaixão e meios competentes, na tentativa de ajudar outros seres a atingir a liberação suprema. A atividade iluminada é simplesmente serviço abnegado. Uma vez que somos todos um no mesmo Eu , ou no mesmo corpo místico de Cristo, ou no mesmo Dharmakaya, então, ao servir aos outros, estou servindo ao meu próprio Eu. Acho que quando Cristo disse: "Ame seu próximo como a si mesmo", ele deve ter querido dizer: "Ame seu próximo como a seu Eu".

TKW: Obrigada.

(Transcrito do capítulo 5 do livro: Graça e Coragem. Wilber, Ken. Editora Gaia. São Paulo – 2007).