

O CAMINHO DO DHARMA

O dharma é o conjunto de ensinamentos que aponta o caminho para a iluminação. Seu ponto essencial é pôr fim ao ódio, ao apego e às ilusões que nos prendem ao sofrimento. O presente do dharma supera todos os presentes, o sabor do dharma supera todos os sabores, o prazer do dharma supera todos os prazeres, e a erradicação do desejo supera todo o sofrimento. Para além das palavras, o dharma é algo que realmente temos que fazer: a exposição é apenas um trabalho preliminar, e o principal é compreender intimamente qual comportamento devemos adotar e qual devemos rejeitar. Este conjunto de ensinamentos é o fruto da experiência dos mestres do passado, que ainda hoje podem ser adaptados e ensinados no contexto do nosso tempo presente. É um caminho de abnegação, por meio do qual a mente é treinada para ir além de suas preocupações mundanas e ansiedades egocêntricas. Naturalmente, se a mente estiver de acordo com o dharma, não haverá problema com as coisas desta vida; ao passo que, se estiver constantemente preocupada com as atividades comuns, os problemas aumentarão e nada será realizado.

DESAPEGO E A FUTILIDADE DOS FENÔMENOS

Em primeiro lugar, devemos exercer o desapego. Geralmente estamos constantemente preocupados com o conforto e a atratividade do nosso corpo, e o tratamos como o que há de mais precioso. Apegamo-nos tanto a este corpo que mesmo a picada de um espinho nos deixa infelizes. Desde muito cedo, aprendemos a tornar as coisas mais confortáveis para nós mesmos e a evitar o desconforto. Esse tipo de atitude resultou em um alto grau de realização material: hoje podemos voar pelo céu em aviões e tornar a vida muito mais fácil do ponto de vista material, mas na verdade ainda somos como crianças correndo atrás de um arco-íris. Ao perceber essa verdade sobre a futilidade dos fenômenos, que são como um sonho ou uma ilusão, surge o desapego, que é a decisão de estar livre da roda da existência. Gastar toda a vida tentando alcançar objetivos mundanos é como tentar pescar com rede no leito de um rio seco. Compreendendo isso claramente, devemos tomar a firme determinação de não permitir que as nossas vidas sigam um rumo tão inútil. O ponto mais importante é que não podemos permitir que o peso das nossas preocupações comuns nos desvie da nossa busca pelo dharma; não podemos desperdiçar essa vida, mas, ao contrário, devemos nos concentrar na prática do dharma, pois quanto mais nos envolvermos com isso, maior será a nossa satisfação.

Pesquisa Teosófica: No livro Aforismos de Ioga de Patanjali, o ensinamento clássico mostra que o domínio da mente se dá por dois meios complementares, e registra que em sânscrito as palavras são *Abhyasa, exercício e prática, e Vaigarya, desapego*.

No livro O Masnavi Vol. 1 Parte 1, de Rumi, aparece o conceito de *Fana*, o conceito místico sufi de aniquilação ou desapego do eu na presença divina, onde o ego individual se dissolve no ser verdadeiro. A dica de aprofundamento é praticar diariamente a observação do apego, notando com honestidade a que objetos, pessoas e opiniões a mente se agarra, pois é esse reconhecimento sem julgamento que abre espaço para o verdadeiro desapego.

IMPERMANÊNCIA E A CONTEMPLAÇÃO DA MORTE

Precisamos voltar as nossas mentes para o dharma, refletindo sobre o sofrimento pelo qual passamos, do nascimento à morte. Apenas por um breve momento, experimente contemplar a morte e a impermanência. Entenda que no fim será uma perda de tempo cuidar tanto deste corpo, alimentando-o com pratos suculentos, vestindo-o com roupas elegantes e tentando fazê-lo parecer mais jovem do que ele realmente é. Afinal, o corpo não tem nenhum outro destino senão o cemitério, onde será queimado, enterrado ou dado como alimento aos pássaros. Refletir sobre a impermanência fará perceber quão urgente é praticar o dharma, e isso estimulará o empenho. Assim, tomado de entusiasmo, entre no caminho do dharma. Praticar o dharma é um pouco difícil no começo, mas começando com dificuldade, termina-se com felicidade. Realmente não será suficiente praticar apenas por um ou dois dias, pois em tão pouco tempo não podemos romper a nossa confusão. À medida que

praticamos, gradualmente sentiremos o verdadeiro sabor do que significa ficar desiludido com os assuntos mundanos, e isso virá progressivamente com a experiência. Não devemos adiar esse processo pensando que faremos a prática no próximo mês ou no próximo ano. Se recebemos um ensinamento hoje, é hoje que devemos começar a colocá-lo em prática, pois no momento em que plantamos uma semente, ela começa a brotar.

Pesquisa Teosófica: No Glossário Teosófico, Helena Blavatsky ensina que *Trividya, em sânscrito, significa literalmente os três conhecimentos ou ciências, e que estes são os três axiomas fundamentais no misticismo, a saber, a impermanência de toda existência, ou Amitya, o sofrimento e a miséria de tudo o que vive e é, ou Dukha, e toda existência física e objetiva como evanescente e irreal como uma bolha de água em um sonho, ou Anditma*. Em *A Chave para a Teosofia*, Helena Blavatsky escreve que *das mortes que morremos, uma faz o homem de três, dois, e a outra, de entre dois, um*. A dica de aprofundamento é reservar um momento fixo cada dia para contemplar a impermanência, recordando que o corpo não escapará ao seu destino, pois essa lembrança constante devolve urgência e seriedade à prática.

A NATUREZA DA MENTE E O REPOUSO NA CONSCIÊNCIA NUA

No início, é muito útil treinar em sessões mais curtas. Por exemplo, sente-se ereto e conte as suas respirações sem se distrair. Se formos capazes de contar as respirações

concentradamente, os pensamentos discursivos diminuirão. Com o tempo e o desenvolvimento da concentração, experimente permitir que a sua mente descanse livremente, sem projetar, sem se concentrar e sem se agarrar aos pensamentos. Não siga ideias do passado, nem estimule conceitos sobre o futuro, mas repouse diretamente na mente presente, sem alterá-la, permitindo que ela descanse em seu fluxo natural. Repouse em sua natureza vazia, naquele estado livre de apego que está além de todos os conceitos. Apenas descanse neste estado de perfeição, além de todas as elaborações mentais, naquele estado que é a clareza que está além de todos os conceitos. Essa visão não é um ponto de vista a ser verificado através da inteligência, mas é uma realização direta que provém da sabedoria dos budas. Quando o pensamento presente se dissolve e o pensamento futuro ainda não surgiu, entre os dois está a essência nua da consciência. Você deve repousar nessa experiência sem tentar rotulá-la ou defini-la. Se tiver confiança nesta visão sobre a pureza primordial, o conhecimento surgirá naturalmente. Ao se aprofundar na natureza da mente, não espere obter algo novo ou alguma realização excepcionalmente elevada, e também não deve duvidar de sua capacidade de meditar. Apenas permita que a sua própria mente permaneça em um estado inalterado e faça tudo o que puder para sustentar isso, sem distração, em todos os momentos, durante e entre as sessões de meditação. Neste ponto, você deve compreender que não há realmente nenhuma diferença entre a experiência de meditação e a experiência de pós-meditação, pois os períodos

de meditação e a atenção à experiência de pós-meditação fazem parte de um mesmo treinamento mental e devem se reforçar e se complementar mutuamente.

Pesquisa Teosófica: Em *Despertar à Vida*, J. Krishnamurti diz que *qualquer movimento que nos afaste dessa vacuidade é uma fuga, e esse fugir de algo, esse fugir do o que é, é o medo*. No Tao Teh Ching lemos a noção de *vacuidade, dimensão do vazio ou reino da condição do nada*. A dica de aprofundamento é praticar o simples ato de sentar-se ereto e contar as respirações, começando por sessões curtas e ampliando aos poucos, pois a estabilidade da atenção é a base sobre a qual o repouso na natureza da mente pode florescer.

MEDITAÇÃO E PÓS-MEDITAÇÃO COMO UM ÚNICO TREINAMENTO

Embora a aderência à visão da sabedoria seja algo que inicialmente experimentamos apenas durante as sessões reservadas à prática, devemos nos desenvolver para além dela através de um treinamento que nos possibilite manter este olhar continuamente. Pois, como foi dito, quer você esteja comendo ou dormindo, indo ou ficando, seja o que for que se faça, não há nada além disso. Ao manter este estado de reconhecimento e ao nos acostumarmos a este ponto vital, chegaremos à certeza e à confiança sobre a nossa própria natureza primordial. Tenha em mente que dia e noite, ao longo de toda a dimensão de nossas vidas, não há nenhuma diferença entre a meditação e a experiência de pós-meditação. Em todas as nossas atividades

diárias, devemos ser capazes de reter a mesma compreensão que encontramos durante a meditação. Caso contrário, embora possamos pensar que alcançamos um alto nível de meditação, tropeçaremos no primeiro obstáculo que encontrarmos em nossas vidas práticas. Certamente será difícil sustentar uma atenção plena natural, não fabricada e sem esforço. Portanto, deve-se ser muito diligente por um longo tempo para manter essa natureza intrínseca e inalterada. À medida que o ensinamento se torna cada vez mais profundo através de uma prática contínua, toda a confusão será naturalmente purificada e todas as boas qualidades surgirão espontaneamente.

Pesquisa Teosófica: No livro Teosofia e o Pensamento Moderno, C. Jinarajadasa ensina que o segundo estágio é alcançado por uma compaixão radiante por tudo o que vive, e registra que *assim como uma mãe, mesmo ao risco de sua própria vida, protege seu filho, seu único filho, assim deixe-o cultivar amor sem medida em direção a todos os seres, deixe-o cultivar em direção a todo o mundo, acima, abaixo, ao redor, um coração de amor sem limites, não misturado com o senso de eu.* Em

Conversas sobre a Senda do Ocultismo Vol. 1, Annie Besant e Charles Leadbeater mostram que essa mesma disposição aparece no Nobre Caminho Óctuplo, no qual temos *visão correta, intenção correta, palavra correta, ação correta, modo de vida correto, esforço correto, atenção plena correta e meditação correta*. A dica de aprofundamento é prolongar deliberadamente a atenção cultivada no silêncio para os momentos de atividade comum, pois é justamente no trânsito entre a sessão formal e o cotidiano que o treinamento se consolida.

VACUIDADE E SURGIMENTO DEPENDENTE

Uma vez que você tenha compreendido a união da vacuidade e o surgimento dependente dos fenômenos, você verá claramente quão ilusórios e enganosos são os caminhos do mundo. E, como um velho forçado a brincar com jogos de crianças, você os achará muito cansativos. Quando você perceber a total tolice de passar a vida ligado a amigos e planejando subjugar seus inimigos e concorrentes, você achará isso tudo muito tedioso. Quando você compreender a natureza da mente, se libertará da necessidade de se preocupar com todos os altos e baixos de sua vida diária. Você deixará de ser como uma criança que se deleita em construir castelos de areia, mas que também chora ao vê-los desabar. Uma vez que você tenha sido atingido pela percepção direta sobre a inutilidade de se deixar influenciar ou condicionar pelas tendências habituais, você se cansará disso. Esse cansaço irá inspirá-lo a lutar por sua liberdade e, ao lutar por ela, você a alcançará. O sinal de que você assimilou totalmente o seu aprendizado do dharma é que você se tornou pacífico por natureza. O sinal de que você assimilou a sua meditação é que você está livre de emoções obscuras. Realmente a força da ilusão e das tendências habituais é tão forte que inicialmente praticar a meditação pode parecer difícil, mas estas dificuldades irão diminuir gradualmente.

Pesquisa Teosófica: No livro *A Doutrina Secreta* Vol. 3, Helena Blavatsky ensina que *Gautama foi discípulo disso, e foi com eles, aqueles Sábios Indianos, que Ele aprendeu as verdades do*

Sungata, a vacuidade e a impermanência de toda coisa terrestre e evanescente, e os mistérios da Prajñâ Pâramitâ, ou conhecimento através do Rio, que finalmente conduz o Perfeito às regiões da Realidade Una. A dica de aprofundamento é estudar a fundo a noção de vacuidade em diálogo com o surgimento dependente, pois compreender que nada existe por si mesmo dissolve a raiz do apego e da aversão.

AS CINCO EMOÇÕES VENENOSAS E OS OBSTÁCULOS DO CAMINHO

Viajar por caminhos que passam por regiões infestadas por bandidos é uma experiência assustadora e repleta de perigos. O caminho espiritual também é assim: ele passa por caminhos difíceis e perigosos, e qualquer pessoa que faça a árdua jornada em direção à iluminação deve esperar encontrar alguns obstáculos formidáveis, especialmente o desejo, a raiva, a confusão, o orgulho e o ciúme. Você pode conseguir evitar a emboscada armada pelo desejo, apenas para descobrir que a raiva está à espreita, pronta para dominá-lo na próxima encruzilhada. Mesmo que escape desse perigo, será muito fácil cair nas armadilhas do orgulho e do ciúme. As cinco emoções venenosas são saqueadores impiedosos que não hesitarão em matar a sua chance de chegar ao seu destino, a liberdade do Sansara. Para ajudá-lo a superar esses perigos, você precisará de uma escolta confiável, e essa escolta é o mestre espiritual. Um praticante do dharma deve ser capaz de lidar com todas as circunstâncias possíveis, sem se exultar pelas boas, nem se

desesperar pelas más. Em ambos os casos, livre de expectativas e dúvidas, ele deve se lembrar dos ensinamentos e de seus mestres. Felicidade e tristeza, alegria e sofrimento, embora nada em si, podem se tornar uma ajuda ou um obstáculo no caminho. Por exemplo, se você adoecer, poderá sentir muita dor e muitas outras circunstâncias adversas. Nessas ocasiões, não pense que, apesar de estar praticando o dharma, tudo o que surge são problemas, e que o dharma não pode ser assim. Tais pensamentos são visões erradas. Você deve perceber que, através da bênção espiritual e do poder da prática, ao experimentar uma dificuldade, não está apenas sofrendo, mas também se purificando e se libertando. Portanto, não pense que não merece esses obstáculos; em vez disso, fique feliz e encare as suas dificuldades como oportunidades.

Pesquisa Teosófica: No Glossário Teosófico, Helena Blavatsky ensina que *Sansara, em sânscrito, significa literalmente rotação, o oceano de nascimentos e mortes, e que os renascimentos humanos são representados como um círculo contínuo, uma roda em movimento perpétuo*. Em *Conversas sobre a Senda do Ocultismo Vol. 1*, Annie Besant e Charles Leadbeater escrevem que *o que se apresenta diante dos homens é a roda que o budista chama de sansara, a roda da vida*. A dica de aprofundamento é examinar honestamente qual das cinco emoções venenosas, desejo, raiva, confusão, orgulho ou ciúme, mais frequentemente interrompe a sua prática, pois nomear o inimigo interno é o primeiro passo para vencê-lo.

O MESTRE ESPIRITUAL E A ESCOLTA NO CAMINHO

Somente com a orientação de um verdadeiro mestre espiritual você chegará a salvo. A jornada em direção à libertação é cercada por perigos, e nenhuma força própria basta para atravessá-la sem uma escolta confiável. O praticante deve se lembrar constantemente dos ensinamentos e de seus mestres, pois a bênção espiritual e o poder da prática atuam juntos na purificação. Ao acordar pela manhã, diga para si mesmo que não apenas tem o privilégio de ter nascido humano, como também entrou pela porta do dharma, conheceu um mestre espiritual e recebeu suas instruções. Portanto, hoje fará o seu melhor para seguir o dharma, e fará apenas o que é positivo, não apenas para o seu próprio bem, mas também para o benefício de todos os seres vivos, sem uma única exceção. Durante o dia, mesmo se você estiver imerso em atividades mundanas, examine os seus pensamentos, as suas palavras e as suas ações. Se reconhecer um comportamento inadequado, diga para si mesmo que tem este precioso nascimento humano, conheceu verdadeiros mestres e teve acesso a um verdadeiro conhecimento, mas ainda assim é desse modo que se comporta. Reconheça as suas fraquezas, sinta um forte arrependimento por elas e então determine não cometer mais esses erros. Se, ao contrário, perceber que o seu comportamento está correto, então diga para si mesmo que hoje está sendo um dia útil, que pode se lembrar dos mestres e de seus ensinamentos, e que amanhã

fará melhor do que hoje, e no dia seguinte ainda melhor.

Pesquisa Teosófica: No livro O Masnavi Vol. 1 Parte 1, de Rumi, aparece *Shams de Tabriz, mestre espiritual de Rumi, amigo e companheiro transformador, que representa o Sol do Espírito ou o guia espiritual perfeito*. Em Conversas sobre a Senda do Ocultismo Vol. 1, Annie Besant e Charles Leadbeater registram que muitas pessoas diziam que Madame Blavatsky fazia coisas que um grande mestre espiritual não deveria fazer, e que o sentimento pessoal era sempre este, *Madame Blavatsky possui este conhecimento oculto, e eu vou obter esse conhecimento dela, se ela quiser me dá-lo*. A dica de aprofundamento é cultivar a lembrança diária dos mestres e dos ensinamentos recebidos, pois essa recordação constante transforma a gratidão em força para a prática.

DILIGÊNCIA E A ARMADURA CONTRA A INDOLÊNCIA

Seja diligente. Lembre-se de que a verdadeira prática espiritual requer um esforço contínuo. Para progredir neste caminho, sem sermos intimidados pelo extenuante trabalho de abandonar os nossos próprios defeitos, devemos nos fortalecer através da diligência. Temos que desenvolver uma força de vontade que possa dominar qualquer tipo de dificuldade. Não podemos ser covardes. É necessário ouvir os ensinamentos, refletir sobre eles e meditar com um grande empenho. Sem nos dedicarmos, é impossível desenvolver as qualidades do nosso ser. Portanto, pratique o máximo que puder todos os dias. Assim como é

impossível comprar qualquer coisa sem dinheiro ou fazer qualquer coisa sem materiais e ferramentas, não há como atingir a iluminação sem praticar. A menos que você pratique corretamente, purificando as suas ações negativas passadas e evitando suas futuras quedas, o Buda não será capaz de ajudá-lo. Não é suficiente desejar estar livre do Sansara apenas de vez em quando; essa ideia deve permear seu fluxo de pensamentos em período integral, dia e noite. Um prisioneiro acorrentado pensa o tempo todo em diferentes maneiras de se libertar, em como romper as suas correntes, pular os muros, pedir a intervenção de pessoas poderosas ou arrecadar dinheiro para subornar alguém. Da mesma forma, vendo o sofrimento e a imperfeição do Sansara, nunca pare de pensar em como você poderia obter a liberação com um profundo sentimento de renúncia. Além disso, não espere alcançar a realização em apenas alguns meses ou mesmo anos. Quer você desenvolva alguma das qualidades que advêm da prática ou não, permaneça firmemente determinado e continue a prática com diligência. O meditador incapaz de diligência, como um rei sem guarda-costas, é um alvo fácil para seus inimigos, para a preguiça e para as emoções negativas. Desta forma, a batalha da libertação está perdida. Vista a armadura da diligência sem demora e lute contra a indolência. Vestir essa armadura significa controlar a sua própria mente. Você deve fazer um esforço genuíno para permanecer cuidadosamente consciente de todas as suas intenções e ações. O conceito de diligência significa uma energia de entusiasmo alegre, um empenho em ouvir e

refletir sobre ensinamentos por um longo tempo. Esse esforço contínuo é o poder da resolução, que consiste em tomar uma decisão firme e reforçá-la repetidas vezes.

Pesquisa Teosófica: No Dhammapada, o termo original *Appamada* pode ser traduzido de várias formas, *cuidado, diligência, seriedade, atenção, reflexão, concentração mental, a condição de um ser desperto, vigilância e zelo*. Em Escritos Diversos, Henry Olcott registra que a seus discípulos o Buda disse *mendicantes, agora vos impressiono que as partes e poderes do homem devem ser dissolvidos, trabalhai vossa salvação com diligência, e depois disso não falou mais*. A dica de aprofundamento é tomar uma resolução firme e curta no início de cada dia e reforçá-la à noite, pois a repetição transforma a decisão passageira em poder duradouro.

O VALOR DAS PEQUENAS AÇÕES E A URGÊNCIA DA PRÁTICA

Entenda que qualquer que seja a meditação ou reflexão que você tenha feito, ela nunca será desperdiçada. Qualquer coisa que você fizer que esteja de acordo com o dharma, por menor ou mais trivial que pareça, será benéfica. Como diz o Sutra dos Sábios e dos Tolos, não considere levianamente as pequenas boas ações, acreditando que elas dificilmente poderão ajudar, pois gotas de água, uma por uma, podem encher uma panela gigante com o tempo. Realmente uma coleção de gotas pode se tornar até mesmo um oceano. Portanto, pratique o máximo que puder todos os dias. Canalize toda a sua energia para a prática

do dharma e verifique dia após dia se você realmente não está desperdiçando sua vida. Lembre-se de que o Senhor da morte pode surgir a qualquer momento, e então será tarde demais para praticar o dharma. Por mais belo que você seja, você nunca enganará o Senhor da morte. Por mais rico que você seja, nunca poderá comprar nem mesmo um único momento de vida. Por mais poder e influência que exerça, toda a sua riqueza e todas as suas realizações mundanas serão, no fim, totalmente inúteis. Apenas o dharma poderá ajudar no momento da morte. Agora, enquanto ainda tem boa saúde, você deve praticar. Não seja negligente. Não tente adiar as suas práticas. Não fique preso em preocupações mundanas. Não despreze essa preciosa vida humana com atividade sem sentido. Em vez disso, decida firmemente que a partir de agora irá praticar o dharma diligentemente. Diga para si mesmo que não vai perder a sua chance e que, enquanto ainda tem esta preciosa oportunidade, praticará o dharma com todo o seu coração.

Pesquisa Teosófica: No livro Escritos Diversos, Clara Codd ensina que o signo do caminho é *o signo do Sacrifício que é Alegria, da Renúncia que é Paz, do Serviço que é Liberdade*. Em O Masnavi Vol. 1 Parte 1, Rumi registra que *as gotas de água, uma por uma, podem encher uma panela gigante com o tempo, e que realmente uma coleção de gotas pode se tornar até mesmo um oceano*. A dica de aprofundamento é confiar no acúmulo silencioso das pequenas boas ações, pois é a soma das gotas que forma o oceano, e nenhum esforço autêntico no dharma se perde.

A MORTE COMO MESTRA E A LIBERTAÇÃO DO SANSARA

O Senhor da morte é o grande equalizador: por mais belo que você seja, por mais rico, por mais poderoso, nada disso o livrará do fim. Apenas o dharma acompanha no momento da morte. Reconhecer isso devolve urgência à vida e transforma cada dia em oportunidade preciosa. Enquanto houver saúde, a prática deve ser feita, sem negligência, sem adiamento e sem se deixar prender por preocupações mundanas. Um prisioneiro acorrentado pensa o tempo todo em como se libertar, e assim também o praticante, vendo o sofrimento e a imperfeição do Sansara, não deve nunca parar de pensar em como obter a liberação, com um profundo sentimento de renúncia. É certo que a principal fonte de progresso no caminho espiritual é a sua própria dedicação. Portanto, tenha uma firme resolução e diga para si mesmo que, deste momento em diante, até que morra, praticará diligentemente o tempo todo. A força da ilusão e das tendências habituais é tão forte que inicialmente a prática pode parecer difícil, mas essas dificuldades diminuirão gradualmente. Uma vez que você tenha compreendido o ponto essencial dos ensinamentos, não sentirá mais nenhuma dificuldade ou sofrimento com a prática, e seus esforços lhe trarão alegria. Isso é como desenvolver qualquer outra habilidade: à medida que você domina os pontos importantes, torna-se progressivamente mais fácil, ganha cada vez mais confiança, e a sua capacidade e esforço continuam crescendo. À medida que o aprendizado leva

à reflexão e a reflexão se transforma em meditação, a ânsia pelas atividades ilusórias desta vida diminui. À medida que você se aprofunda no significado dos ensinamentos, as qualidades maravilhosas do dharma se tornarão cada vez mais claras, como o sol aparecendo cada vez mais brilhante conforme mais alto você voa.

Pesquisa Teosófica: No livro As Cartas dos Mahatmas, encontramos que *diz Buda que você tem que se livrar inteiramente dos sujeitos da impermanência que compõem o corpo para que seu corpo se torne permanente*. Em A Doutrina Secreta Vol. 3, Helena Blavatsky escreve que *a vacuidade é autoexistente e perfeita, porque se tornou absoluta, o irreal sendo transformado em Realidade incondicionada, e as realidades deste, nosso mundo, tendo desaparecido em sua própria natureza em ar rarefeito inexistente*. A dica de aprofundamento é praticar a recordação da morte como mestre constante, pois é essa lembrança que dissolverá o apego ao corpo e despertará o verdadeiro empenho no caminho do dharma.

Gerado por GET HERMES • 2026-10-12 • Corvo Seco

Bibliografia utilizada: Aforismos de Ioga de Patanjali; O Masnavi Vol. 1 Parte 1 — Rumi; Glossário Teosófico —
H.P. Blavatsky; A Chave para a Teosofia — H.P. Blavat