

Desenvolva o Autoconhecimento

O autoconhecimento é um processo

Assim, para compreender os inumeráveis problemas que cada um de nós tem, não é essencial que haja autoconhecimento? E esta é uma das coisas mais difíceis, autoconsciência - o que não significa isolamento, afastamento. Obviamente, conhecer a si mesmo é essencial; mas conhecer a si mesmo não implica um afastamento da relação. E seria um erro, certamente, pensar que a pessoa pode se conhecer significativamente, completamente, integralmente, por meio do isolamento, da exclusão, ou indo a algum psicólogo, ou sacerdote; ou que se pode aprender sobre si mesmo por meio de um livro. O autoconhecimento é, obviamente, um processo, não um fim em si mesmo; e para se conhecer, a pessoa deve estar consciente de si mesma em ação, o que é relação. Você se descobre não no isolamento, não afastado, mas na relação, na relação com a sociedade, com sua esposa, seu marido, seu irmão, com o homem; mas descobrir como você reage, quais são nossas reações, requer uma extraordinária vigilância da mente, uma sutileza de percepção. - Krishnamurti

Cada um de nós está passando ou ainda vai passar pelo processo de autoconhecimento, sem a necessidade de isolamento social. Aquele que deseja passar por esse estágio evolutivo, pode praticar em qualquer lugar dentro da sociedade em que estar inserido - segundo *Krishnamurti* - mais não é fácil. Pois, as adversidades da vida nem sempre são favoráveis e vão dificultar o nosso autoconhecimento.

Porém, ao contrário do que pensamos, são essas adversidades e dificuldades que vão atuar como nossos mestres. Pois, no embate com elas e sabendo que sempre haverá essas adversidades, e não tendo poder para evita-las, o que podemos fazer é aprender administra-las da melhor forma possível. E que conta é a maneira de encarar estas situações problemáticas. Quer seja com equilíbrio ou desequilíbrio de nossa parte. Então, como afirma o mestre, é possível sim, conseguir o autoconhecimento mesmo estando dentro de uma sociedade.

No autoconhecimento sem isolamento o crédito é bem maior, do que quando se recolher em um local apropriado para este fim. Pois, nestes lugares o ambiente é favorável e a energia encontra-se propícia a sua transcendência espiritual. No ambiente assim, todo estar preparado para elevar nossa

frequência energética. O nosso esforço é mínimo, pois somos nós que vamos adentrar neste espaço equilibrado energeticamente.

Damião Maximino

Julho/2017