



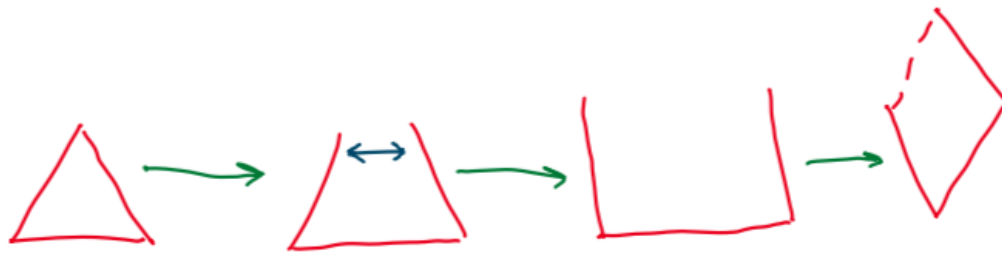
## 2020 = 4 – Sangat é a 4ª Dimensão

“Atitude Neutra é a alegria de Deus” Yogui Bhajan 13 Jan 1972

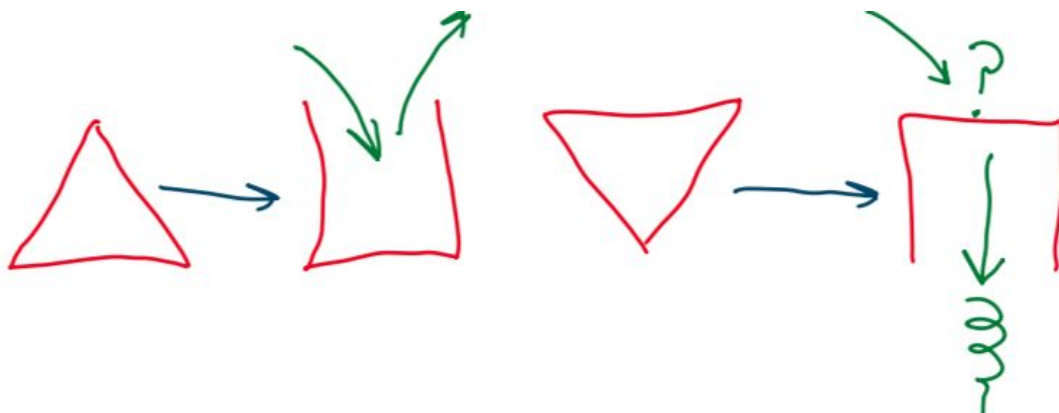
Isto não é uma profecia. Meramente palavras de contemplação para o ano 2020.

Passando de 2019 para 2020 move-se a atenção e a energia do 3 (2019=12=3), para o 4 (2020=4).

Isto pode ser representado na forma de um triângulo que se abre para se tornar um quadrado.



A forma com 4 pontos torna possível muito mais movimento. Mesmo quando os lados mantêm o mesmo comprimento, ainda é possível fazer várias formas de 4 lados. Desta forma o número 4 traz abertura, possibilidades e oportunidades. Pode vir como alívio e sentido de liberdade. Ou um perturbador colapso do que é familiar, deixando-te na incerteza e com tendência para a paralisia de forma a manter uma falsa sensação de segurança e proteção. Pode ser doloroso libertares-te de uma posição fixa. No entanto, a mudança para o 4 confronta-te gentilmente para deixares para trás falsas estruturas. Se esta abertura for para o Eu superior, maior consciência, torna-se uma taça de dar e receber. Por outro lado, se a abertura for para baixo, para o Eu inferior, haverá o risco de cair no abismo, através do domínio subconsciente do 2 (mente negativa), onde não existe receptividade.



A abertura para o 4 é uma abertura para dentro. A abertura do coração para os seus próprios segredos internos. É uma revolução interna onde te desnudas para ti próprio. Não é uma exposição para o mundo que te rodeia. O que quer que tenha sido trancado longe da tua própria atenção, convenientemente enterrado no subconsciente, vai-se oferecer para ser dissolvido através da consciência. Esta é a possibilidade que vem com a mente neutra.

Na linguagem dos números, o ano de 2020 soma-se até 4 (2+2). Na Ciência Espiritual da Numerologia Aplicada, o número 4 refere-se à mente neutra. A mente neutra promove habilidade para operar na vida livre dos feitos de múltiplas influências que condicionam as nossas decisões e respostas no e ao mundo. Influências como vergonha, culpa e raiva baseadas nas histórias passadas, expectativas, esperanças, pressões sociais, media, apegos, medos, necessidade de aprovação, padrões aditivos e até mesmo coisas como o clima, as estações, movimentos planetários, as atrações e distrações à nossa volta, e tanto mais.

Neutro não significa que não existe diferenciação, ou que todas as coisas são para ser vistas e tratadas como se fossem o mesmo, ou como tendo o mesmo valor. Neutro não atribui qualquer valor específico às coisas, eventos, hora do dia, formas, cores, pessoas, etc. Encontra e abraça tudo tal como é. Totalmente consciente da distinta diversidade da criação. Ao mesmo tempo que não atribui nenhuma importância indevida a nada. Apesar disso a Mente Neutra reconhece a prioridade no momento e escolhe conscientemente responder ao inevitável. Comprometendo-se com todo o coração com essa escolha. A neutralidade permite-te libertares-te do apego, totalmente capaz de tomares decisões intuitivamente informadas e ao mesmo tempo livres de medo das consequências.

A verdadeira neutralidade é um estado dinâmico de não apego, que se senta entre o apego e o desapego. É um estado de ser que te liberta de apegos e permite-te estar em veracidade; perceber a realidade e vivê-la. É impossível permanecer ativamente num estado neutro sem estar em consciência e confiança perpétua, que é a verdadeira natureza da oração. Caso contrário, a tua neutralidade ou se torna um estado de congelamento, desapegado e paralisado de insensibilidade e apatia. Ou muda para dúvida tremida, incerteza e confusão, onde a hesitação se torna na reação padrão à vida.

Existe uma pequena voz dentro do teu coração que quer ser ouvida. É uma voz que quer levar-te além do mundo limitado da personalidade individual (ego) até à consciência comunitária. É uma voz que diz “nós” e não “eu”. O chamado à comunidade é um afastamento da vida baseada no ter e obter, para uma vida de dar e partilhar. O coração humano é uma taça de oração através da qual todo o dar e receber toma realmente lugar.

Nota: isto em relação ao chakra do coração, não ao órgão coração.

Comunidade espiritual (Sangat), tal como o coração interior, é o caldeirão; o cálice, dentro do qual a alma humana em elevação e o espírito divino descendente se fundem, para que nasça o novo humano; um ser de luz.

Animal e anjo encontram-se no sangat. A consciência da comunidade é um ambiente onde a verdade prevalece/ganha.

A neutralidade e conexão interna ao “nós” garante que a tua percepção é iluminada pela luz da verdade, a luz da consciência. A realidade torna-se o terreno de todas as decisões. É o lugar da honestidade, sinceridade, autenticidade, realidade e veracidade.

Quer definas o teu coração como aberto ou fechado. É, no entanto, o local onde abraças toda a humanidade. Onde sentes o amor de todos a dor de todos. Negando, oprimindo, adormecendo, a dor vai surtir o mesmo resultado no amor. Então não existe base para a vida humana, apenas a vida baseada no impulso individual, instinto, desejo e auto-satisfação. É o humano dentro de ti que pode encontrar, conectar e acordar o humano nos outros. Tal como é a humanidade no outro que te acorda para a tua verdadeira

identidade e te inspira a arriscar a estar aberto e vulnerável tal como a ser amado e a partilhar o amor.

Cair no coração é (cair no amor), apaixonar. Cair no coração é entrar num reino incerto e desconhecido. Cair no coração é invocar as tuas possibilidades internas. Cair no coração é o que atrai oportunidades. É um lugar para “ser” não para “fazer”. Então uma nova qualidade de ação vai nascer através do estado de ser. O coração é como o botão da flor, enquanto que a Linha do Arco (halo) é como a flor aberta.

Podes ficar suspenso no coração de várias formas. Retirando-te para dentro para o botão do coração para te fechares, para te desligares, para parares de sentir, ou para recentrar, para te conectares contigo, para te reorganizares. Retirando-te para a fonte da verdade interna. A fonte da tua humanidade. O desconhecido interno. O Eu possível. A fonte da poesia.

Poesia é o botão do despertar. A voz calma fala numa língua diferente da mente racional. É a voz da criança (YB é essa voz). Não a criança ferida desta vida atual. A verdadeira criança. Filha do espírito. A criança eterna cuja terra é a mãe e o céu o pai. A criança que está livre das histórias baseadas em identificações falsas e temporárias. A criança que sabe como estar no momento perpétuo.

Cair no coração é uma bonita revolução. No entanto, quebrar o triângulo pode também ser uma viagem de revolta social que não leva a mais nada a não ser problemas. A desconstrução das normas sociais pode ser uma fundação para a libertação ou um colapso em direção à anarquia. Quando é evidente que o navio está a afundar então o capitão grita “cada um por si” (salve-se quem puder”. O espírito da comunidade humana é manter uns aos outros a flutuar. Trazer fluabilidade à consciência coletiva.

Vamos visitar novamente, um pouco mais profundo, a natureza do sangat:

*“Sangat significa a congregação de afetos, que pode trabalhar pela libertação.” YB*

Sangat é uma confirmação da realidade, o ambiente para despertar a mente neutra, um encontro onde “Nós somos nós e nós somos Deus” (Humme Hum Brahm Hum) se torna uma experiência diretamente vivida e onde a verdade se desenrola naturalmente.

Sangat significa congregar, reunir e desenvolver um senso de união. 1 em espírito. É tempo de focar a tua intenção em reunir, cantar juntos, meditar juntos, comer juntos, estar juntos. Consciência de sangat é um resultado natural da consciência interior do “nós”. Pode ser descrita de várias formas. Um suster sem uma forma; um estado de interesse desinteressado; estar em contacto com outros como um convite e não uma exigência; questionar e não analisar; curioso e não interrogativo; contacto não intrusão; suster não agarrar; interessado não á procura, disponível sem expectativa.

### **Participação através do serviço:**

Tu fazes parte da raça humana então participar faz sentido. Participar permite fluxo, dar e receber. Estamos a falar de participação na humanidade. Não mera participação na indústria consumista, o turismo, o ver passar navios, ver montras, colocar as tuas fichas no casino, e por aí em diante. Isto pode ser tudo chamado de participação em Maya. Em vez disso estamos a falar de participação na interação humana, relações humanas, desenvolvimento e evolução humana. Participação no desenrolar do verdadeiro potencial humano. Isso não está necessariamente sob os holofotes de recompensa material, social ou fama; em saúde, ganhar a outros, promoção no trabalho, ter um carro ou casa maior, nem em nada que direta

ou indiretamente promova auto-importância. O valor do que nos torna humanos e não apenas animais, está em dar. E o maior valor de dar é quando não tem interesse próprio. Serviço sem interesse próprio (Seva) requer o investimento ativo da mente neutra. Seva é uma meditação por si próprio. É uma taça de oração. Um chamado do desconhecido interno, através do coração interno, para cumprir o impossível. Para providenciar o que parece estar indisponível, para direcionar a necessidade a partir do fornecedor infinito. A taça de oração abre o fluxo de forma a que o Divino possa dar através de nós. Deus é o verdadeiro doador, então dar é divino. Seva neutraliza muitos dos problemas da mente baseados na auto importância de “eu, eu, eu”, (Eu quero, eu não quero, eu gosto, etc.) e transforma-o sintonizando no sentido de “nós em mim”. É um profundo despertar intuitivo o facto de que a dor dos outros é também a tua dor, o benefício dos outros é também o teu benefício, a alegria dos outros é também a tua alegria.

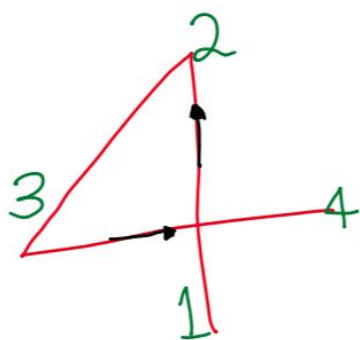
Haverá sempre a necessidade da oração do Seva e do Seva da oração.

Não é o tempo de simplesmente esperar que a comunidade aconteça. Nem de estar ocupado á procura da tua comunidade. É tempo de construir comunidade. Para te perguntares, não o que posso obter da comunidade, mas sim o que posso eu oferecer, o que posso trazer? Onde estiver uma necessidade, um espaço vazio, ou algo em falta que identifiques. Se veio á tua consciência é porque és tu que estás a ser chamado a intervir. E quando te parecer impossível então, pelo menos, oferece uma oração.

Para nos relacionarmos com outros através da consciência de comunidade, temos muito mais em comum do que as diferenças que temos tendência a evidenciar. Nós somos criados dos mesmos 5 elementos, respiramos o mesmo ar, habitamos o mesmo campo magnético global, o nosso sangue e ossos tem a mesma cor, andamos sobre o mesmo planeta e partilhamos os mesmos recursos. Vemos as mesmas cores do arco íris então porque não vemos a mesma essência brilhar em todos os olhos. O templo da Era de Aquário é o sangat. Cada Alma é um tijolo. É sustido pela consciência do Seva, oração, e a confiança que colocas na tua oração.

#### **Alguma numerologia extra:**

O diagrama abaixo ilustra uma forma de caminhar para o 4 e mostra especialmente como tem de passar duas vezes no 2, o que é significativo num ano como o de 2020 onde o 2 está presente 2 vezes.



A primeira visita ao 2 é de 1 a 2.

Atravessa a linha de 3 a 4. Um sinal do que está por vir. Inocência é uma qualidade dos 2 que pode servir como uma palavra chave para avançar.

Caso contrário, o 3 reforçará a negatividade subconsciente e bloqueará o avanço da alma, 1.

O segundo encontro com os 2 é quando os 3 tentam levar a alma, 1, para alcançar os 4.

Agora a combinação da inocência com a afirmação de sua verdadeira identidade serão as chaves para abrir a porta interna do seu coração.

## **Sê verdadeiro para o teu Eu verdadeiro**

No Mul Mantra de Guru Naanak, a etapa 4 do mantra é Sat Naam. Significa Verdadeira Identidade. Quando és verdadeiro então és verdade. Deus é verdadeiro e verdade é Deus. A veracidade é companheira de Divindade. Não é fácil ser verdadeiro. E não é fácil conhecer a verdade em qualquer situação e a qualquer momento. Contudo, as vozes internas usam o princípio da negação para alertar para o que não é verdade. Sendo assim, o uso correto da mente negativa (2) vai servir-te para que sejas verdadeiro.

A mente negativa sozinha está designada para identificar problemas e obstáculos. Mas quando estes são expostos à luz da realidade, à verdade do coração, já não permanecem como problemas. Em vez disso cada desafio é um momento de oportunidade cheio de possibilidades.

A mente negativa é a raiz inocente dos nossos anseios e o instinto puro que nega o impuro. A sua virtude é obedecer ao apelo inocente, o choro da alma, que flui como água e encontra o seu caminho para o oceano contornando os obstáculos para encontrar uma passagem natural.

Oração e Seva pode servir para fazer fluir a emoção para fora do subconsciente, instintivo, orgânico, domínio da mente negativa, e mover até ao domínio intuitivamente consciente da devoção através do coração.

### **Dupla negativa 2+2 ou 2x2, = 4**

É tempo de dar atenção à tensão do 2.

O ano 2020 como é evidente contém o 2 duas vezes. Isto vai ser ou amplificado ou eclipsado pelo duplo 0 (zero) que também está presente. 2 é a mente negativa e pode ser um ótimo poder de movimento. O anseio de pertencer pode servir de emoção para a devoção. De outra forma, torna-se um estado desesperado e carente através do qual descemos e nos afogamos no buraco negro do desespero, impotência e depressão.

O duplo 2 pode resultar no duplicar da dualidade, uma divisão mais profunda na crescente polarização que está cada vez mais presente no nosso mundo coletivo. Também pode trazer um desejo insuportavelmente intenso, um poço sem fundo de depressão fria, uma sensação de escassez que não encontra satisfação.

Mais tarde ou mais cedo isto desperta em ti uma forte sensação de não querer que as coisas continuem como estão. A versão ingênua de “Eu não quero viver mais”. O que quer realmente dizer “Eu não quero viver mais desta forma e ainda não sei como quero viver”. Esta é a voz das filhas da humanidade que anseiam por, e precisam de ser ouvidas. Através do 2 em si, podes permanecer sempre como estando contra algo ou alguém – os movimentos “anti”. Fazemos campanha e gritamos acerca de todas as coisas pelas quais estamos contra. Considerando o 4, ele pede-nos para focar antes no que é que estamos a favor.

Consequentemente a necessidade de uma oração de despertar do “nós-em-mim”. A taça que pode sustentar mesmo a mais distante separação, as partes mais díspares do Eu e da sociedade, e criar uma maior unidade. Para isso, dizemos “cai no teu coração, não deixes o teu coração cair”. Isto requer uma firme disciplina interna de lembrança.  $1 + 2 + 3 + 4 = 10$ . Consequentemente a oração pode gerar algo que é extraordinariamente maior que as partes. As manifestações coletivas, demonstrações e tumultos nas ruas à volta de todo o

mundo, embora também cheias de perigo e ilusão, podem trazer mudanças que de outra forma parecem impossíveis. É a voz do “nós” dizendo “chega – mais não”. Há que ter cuidado, que o sentimento de traição alimente a raiva e a ação nascida da raiva, vitimização e culpabilização do outro, tendem a falhar eventualmente. Levando ao desapontamento, mais tarde à depressão e estratégias que reforçam a separação e a dualidade. Em contraste com um apelo para unir e tomar ações efetivas coletivas em direção a uma mudança significativa. Podemos ser mais efetivos em abrir a porta para a 4ª dimensão (Nós), através de momentos de solidariedade por oração silenciosa, assim como nos momentos de ir para a rua ajudar quem precisa (como está a acontecer nas ruas de Lebanon, Irão, e outros países onde o Estado/governo está a falhar).

É tempo não de acusar e incentivar a tensão dual e a separação. Não para atirar pedras à polícia e soldados na rua. Mas sim para lhes trazer presentes, para lhes dar a mão, e orar pelo seu despertar e pelos seus filhos. A associação do 4 com oração lembra-nos que é também o número dos milagres. Que algo pode nascer do nada. Através do seu milagre  $2 \times 2$ ,  $2 + 2$ ,  $= 4$  pode resultar que um 2 cancele o outro 2 de uma forma elevada e transformadora.

Desejo de ser “sem desejo”.

Dúvida da dúvida.

Não aguentes meramente o insuportável – transforma-o através da oração.

Não aceites apenas o inaceitável – transforma-o através do Seva.

Não te resignes a tolerar o intolerável – trá-lo para o coletivo “Nós” e dissolve-o pela confiança no milagre do coração.

Diz não à abordagem do “anti” – torna-te por algo.

O uso consciente do poder do “Não”, também chamado “know-how ou sabedoria do não”, a sua maestria acontece através da negociação da negação. Dizendo “não” ao “não” que nega o “nós”. Ouvindo o “não” que diz “não a isto e não àquilo”. E desta forma encontra a verdade.

Guru Naanak afirmou o 1 em toda gente. E o seu nome por si só é um lembrete da dupla negativa. Para nunca dizer não ao 1 (Naa Na Ek). Todos são parte do Um. Tal como somos parte de cada um, assim somos chamados a participar. E, mais uma vez, sangat (comunidade), oração e Seva é o caminho.

Guru Naanak também deu um poderoso apelo a participar na humanidade numa única linha da composição Japji.

*Ayee panthi sagal jamati man jeetai jag jeet*

Uma tradução resumida, com diversas camadas de significado, pode ser:

“Vem viajante (junta-te) todos (os teus) outros seres (humanidade)... (dessa forma), conquista a mente para conquistares (superar e ter sucesso) o mundo (para atravessar o oceano do tempo e do espaço – Maya)”

Através da consciência de comunidade humana, além do pensamento sectário, tem vitória sobre a tua mente para teres vitória no mundo. Não vitória como “mandar no mundo”. Mas vitória a atravessar Maya. Vitória a transformar karma em dharma. Vitória tornando-te não

apegado, mas sim livre da influência das polaridades. Vitória a entrar no 4º estado, a 4ª dimensão, e a preencher o teu destino. Esta é a bênção da consciência de sangat.

May you fall fully into your heart  
May you know the cup of love  
May you experience the vibration of the One  
Deep within your inner being  
May your cup overflow in abundance  
To become service to the light of truth  
In all living beings and all of nature  
May our unity prevail over our duality  
Let us awake and embrace  
Let us stop, breath, feel and be  
And the trust the unity of humanity

SCS

*Possas tu cair totalmente no teu coração*  
*Possas tu conhecer o cálice do amor*  
*Possas tu experienciar a vibração do Um*  
*Na profundidade do teu ser interior*  
*Possa o teu cálice transbordar em abundância*  
*Para se tornar serviço para a luz da verdade*  
*Em todos os seres vivos e toda a natureza*  
*Possa a nossa unidade prevalecer sobre a nossa dualidade*  
*Deixa-nos despertar e abraçar*  
*Deixa-nos parar, respirar, sentir e ser*  
*A confiança na unidade da humanidade*  
(tradução aproximada do poema)

