

## A ACEITAÇÃO DO AGORA

Do livro Praticando o Poder do Agora  
De Eckhart Tolle

### A Impermanência e os Ciclos da Vida

Existem ciclos de sucesso, como quando as coisas acontecem e dão certo, e os ciclos de fracasso, quando elas não vão bem e se desintegram. Você tem de permitir que elas terminem, dando espaço para que coisas novas aconteçam ou se transformem.

Se nos apegamos às situações oferecemos uma resistência nesse estágio, significa que estamos nos recusando a acompanhar o fluxo da vida e que vamos sofrer. É necessário que as coisas acabem, para que coisas novas aconteçam. Um ciclo não pode existir sem o outro.

O ciclo descendente é absolutamente essencial para uma realização espiritual. Você tem de ter falhado gravemente de algum modo, ou passado por alguma perda profunda, ou por algum sofrimento, para ser conduzido à dimensão espiritual. Ou talvez o seu sucesso tenha se tornado vazio e sem sentido e se transformado em fracasso.

O fracasso está sempre embutido no sucesso, assim como o sucesso está sempre encoberto pelo fracasso. No mundo da forma, todas as pessoas “fracassam” mais cedo ou mais tarde, e toda conquista acaba em derrota. Todas as formas são impermanentes....

Um ciclo pode durar de algumas horas a alguns anos, e dentro dele pode haver ciclos longos ou curtos. Muitas doenças são provocadas pela luta contra os ciclos de baixa energia, que são fundamentais para uma renovação. Enquanto estivermos identificados com a mente, não podemos evitar a compulsão de fazer e a tendência para extrair o nosso valor pessoal de fatores externos, tais como as conquistas que alcançamos.

Isso torna difícil ou impossível para nós aceitarmos os ciclos de baixa e permitirmos que eles aconteçam. Assim, a inteligência do organismo pode assumir o controle, como uma medida autoprotetora, e criar uma doença com o objetivo de nos forçar a parar, de modo a permitir que uma necessária renovação possa acontecer.

Enquanto a mente julgar uma circunstância “boa”, seja um relacionamento, uma propriedade, um papel social, um lugar ou o nosso corpo físico, ela se apega e se identifica com ela. Isso faz você se sentir bem em relação a si mesmo e pode se tornar parte de quem você é ou pensa que é.

Mas nada dura muito nessa dimensão, onde as traças e a ferrugem devoram tudo. Tudo acaba ou se transforma: a mesma condição que era boa no passado, de repente, se torna ruim. A mesma condição que fez você feliz agora faz você infeliz. A prosperidade de hoje se torna o consumismo vazio de amanhã. O casamento feliz e a lua-de-mel se transformam no divórcio infeliz ou em uma convivência infeliz.

A mente não consegue aceitar quando uma situação à qual ela tenha se apegado muda ou desaparece. Ela vai resistir à mudança. É quase como se um membro estivesse sendo arrancado do seu corpo.

Isso significa que a felicidade e a infelicidade são, na verdade, uma coisa só. Somente a ilusão do tempo as separa.

Não oferecer resistência à vida é estar em estado de graça, de descanso e de luz. Nesse estado, nada depende de as coisas serem boas ou ruins....

Observe as plantas e os animais, aprenda com eles a aceitar aquilo que é e a se entregar ao Agora.

Deixe que eles lhe ensinem o que é Ser.

Deixe que eles lhe ensinem o que é integridade – estar em unidade, ser você mesmo, ser verdadeiro.

Aprenda como viver e como morrer, e como não fazer do viver e do morrer um problema.