



GLOSSÁRIO

O VÉU DA ILUSÃO

AUTOMÁTICO

O modo de vida em que ages sem escolher. Repetes padrões herdados, respondes sem sentir, vives sem questionar. Não é mau — é inconsciente.

VÉU

Uma camada de percepção que te impede de ver a realidade como ela é. Não é mentira — é filtro. Cada véu distorce de forma diferente.

ILUSÃO

O que tomaste por verdade sem questionar. Não é fantasia — é construção. Chamaste-lhe 'a minha vida' e deixaste de ver que foi montada.

PADRÃO

Comportamento que se repete independentemente do contexto. Pessoas diferentes, conflito igual. Situações diferentes, reacção igual.



PRESENÇA

O oposto do automático. Estar aqui, agora, consciente. Não é meditação — é atenção. Ver o que acontece enquanto acontece.

LUCIDEZ

Clareza sobre o que te governa. Não é inteligência — é visão. Ver os fios que te movem sem te deixares mover cegamente.

DESPERTAR

O momento em que vês o que antes era invisível. Não é iluminação — é honestidade. Pode ser desconfortável, mas é real.

REPETIÇÃO

Viver o mesmo ciclo esperando resultados diferentes. A repetição alimenta-se de inconsciência. Só pára quando é vista.

ESCOLHA REAL

Decisão tomada com consciência, não por hábito. Rara. A maioria do que chamas 'escolha' é reacção automática disfarçada.

Conhecer as palavras é o início.

Viver o seu significado é o caminho.