

DUALIDADE

Entre o Cosmos interior e
o Cosmos exterior



António Durval

DUALIDADE

António Durval

DUALIDADE

Entre o *Cosmos Interior* e o *Cosmos Exterior*

Autor – António Durval

Editor – António Durval e a I. A. do Windows 11

1.^a edição em dezembro de 2025, em formato PDF

Prefácio – I. A. do Windows 11

Capa – I. A. do Windows 11

Desenhos – I. A. do Windows 11 e António Durval

Nos termos do Código do Direito de Autor, é proibida a reprodução total ou parcial desta obra, por quaisquer meios, incluindo fotocópia ou tratamento informático, sem autorização expressa do titular dos direitos. A presente edição segue a grafia do Novo Acordo Ortográfico.

DUALIDADE

António Durval

PARTE I

FUNDAMENTOS DA EXPERIÊNCIA

Os sonhos são essenciais para abrirmos a cortina.

**Dormimos e sonhamos todos os dias
e isso acontece de forma natural.**

**Há dias sonhei com uma palavra inesperada.
Era o nome de uma mulher:**

*** Maria Ferreira Sousa Ferreira Mendes ***



Para compreenderem o sentido deste acontecimento,
sigam-me, neste livro no capítulo:

O EU, OS OUTROS E O RESTO

DUALIDADE

António Durval

PROLOGO

Ao olhar para o meu passado, vejo a presença de momentos que cintilam no presente. Cada lembrança é uma estrela que insiste em permanecer acesa, mesmo quando o tempo tenta apagá-la. Durante os meus 87 anos, vivi sacrifícios, conquistas, dores e alegrias — e todas elas se entrelaçam como fios invisíveis que tecem a existência passada.

Não sou cientista, sou apenas um homem do povo que caminhou com esforço e esperança. Aos 24 anos uni-me a uma mulher bela e simples, e juntos seguimos pela estrada da vida. Tivemos seis filhos, que foram raízes e ramos de uma árvore que nunca deixou de crescer. A casa que ergui com as minhas próprias mãos tornou-se o meu refúgio, o abrigo onde espero repousar até quando chegar a hora da partida.

A doença cerebral que acompanha, a minha companheira de vida, alterou o rumo das minhas pesquisas e reflexões. Ainda assim, mantenho um espaço na “web”* onde registo o essencial da minha jornada: desde os primeiros livros que li, ou escrevi, até às perguntas que nunca deixei de fazer. Pode parecer pouco, mas é muito. Sou um

escritor do povo, que não esquece de onde veio e que procura, com humildade, compreender para onde vai.

Este livro seguirá, portanto, o mesmo caminho dos anteriores — alguns já em papel, outros em PDF ou EPUB. A mensagem, porém, permanece: perguntamos em termos diretos e gostamos de receber respostas na mesma medida. Não precisamos de um enorme calhamaço para explicar o significado de cada palavra. O que desejamos é simples: estabelecer um diálogo comprehensível entre nós e aqueles que já se encontram do outro lado. Só assim podemos compreender aquilo que parece distante, mas que afinal está aqui tão próximo de nós.

A linguagem que nos acompanha diariamente é também a que nos interroga. Porque dormimos todas as noites e sonhamos e que, na maior parte das vezes, ignoramos. No entanto, aí reside uma possibilidade imensa. Sabemos, por exemplo, que os *sonhos lúcidos* representam uma forma mais avançada de contacto — uma porta aberta que a própria natureza nos oferece.

Este será mais um livro que se encontra posicionado para ser mais uma ajuda. Cada um terá apoios similares que a vida lhe poderá trazer. Essas são sempre as primeiras que terão de ser admitidas e estudadas. No entanto, nesta enorme caminhada que estamos a fazer para identificarmos a *Dualidade* em que nos encontramos entre o *Cosmos exterior* e o *Cosmos interior* é sempre importante conhecermos outras experiências, outros métodos.

Esta é a minha experiência. Que tu possas também enveredar por um caminho que poderá descobrir uma nova saída para a tua vida.

O INÍCIO DA JORNADA

Ao iniciar este caminho detenho-me no conselho ditado pela minha avançada idade. Manter a calma e ficar longe da confusão que tenta envolver-me. Quando partir, para o *Cosmos interior* as dúvidas que ainda persistem neste infinito *Cosmos Exterior*, onde ainda me encontro, permanecerão como sementes para que outros as investiguem, as debatam e, quem sabe, encontrem nelas a satisfação interior onde possa florescer uma sabedoria mais condizente com a nossa condição humana.

A idade concede-me um horizonte peculiar, marcado pela consciência do tempo que ainda tenho para viver:

— Ao despertar, por vezes retenho fragmentos de sonhos e deposito-os no caderno que repousa na mesa de cabeceira.* Cada anotação é uma pequena janela para o mistério, sobretudo os *Sonhos Lúcidos*, que se revelam como mestres invisíveis.

— Permaneço atento ao pulsar do mundo: televisão, jornais, Internet. Hoje, estou em agosto de 2025, e li na primeira página do “Jornal de Notícias”: seis idosos morreram num edifício sem alarme e entregue à escassez de funcionários. Notícias como esta, são golpes de realidade, lembrando-me que o cosmos humano continua distante da serenidade e da construção justa que tanto almejamos.

A pandemia da Covid-19 trouxe consigo relatos pungentes.

* Ao longo dos anos, registei cerca de 400 sonhos, cada um como um fio de luz na tapeçaria da memória.

Em “Catassol — Matosinhos”, várias vidas se extinguiram num centro de dia (incluindo a de uma senhora que eu conhecia da Sonafi). A proximidade da morte tornou-se mais palpável, mais íntima.

Estou consciente da “partida” que se aproxima. O universo, onde me encontro, contudo, permanece fascinante. Para evoluir, precisamos de reconhecer uma condição essencial: a *Dualidade*. Aqui, ao meu lado, está a minha mulher, mergulhada numa doença mental que a ciência ainda não sabe curar. Eu, porém, continuo a escrever, a dialogar com os livros e com a Biblioteca Municipal de São Mamede de Infesta, onde encontro companheiros de admiração e partilha. Ela continua, por vezes na sua cama, outras a andar acompanhada, mas sempre sabendo que sou o seu marido.

Será necessário esperar milénios até que os cientistas aceitem esta verdade? Como podemos viver imersos na vida e, ao mesmo tempo, ignorar o que ela realmente é? Eis o paradoxo: o cientista luta para definir o “outro lado”, mas a própria vida resiste em ser capturada por fórmulas. Ela é o que é.

As pessoas que cruzam o nosso caminho — a mulher a dias, o barbeiro, o comerciante, o industrial, o empresário, e tantos outros — formam um catálogo vivo da humanidade. Se lhes perguntarmos sobre o destino após a morte, raros terão uma resposta firme. Contudo, *Eles*, os que já habitam esse lado, para nós ainda invisível, conhecem a verdade. Ainda não os vemos, porque a nossa visão não amadureceu o suficiente. Estão diante de nós, mas permanecem ocultos.

Porquê?

É, também, para tentar responder a esta pergunta que escrevo este livro. Sei que não possuo credenciais elevadas para alcançar uma resposta imediata. No entanto, sempre anotei os numerosos

casos que, ao longo da minha vida, recolhi. Desde os chamados *óvnis*, aos “Sonhos Lúcidos” e a outras “anomalias” que surgiram, fui construindo uma resposta à minha constante pergunta: quem sou eu, e quem são “Eles”? Pelo menos esta interrogação teve uma resposta, já que sempre me apareceram e foram bastante coerentes – não podia ficar indiferente.

A minha vida foi essa luta constante: por um lado, o trabalho pela subsistência da minha grande família; por outro, essa permanente pergunta que nunca deixou de me inquietar. Fiz parte de grupos ovnilógicos que se propunham estudar esse enigma, mas perante a dificuldade em fazer entender as minhas ideias acabei por seguir outro caminho, mas ficamos sempre amigos. Ao longo destas páginas, procuraremos demonstrar aquilo a que cheguei, ou seja, que entre Nós e Eles não existe grande diferença. É apenas uma questão de evolução. Acabaremos por atingir a mesma compreensão do cosmos, mas ainda nos falta caminhar muito.

Os dois cosmos existem. Nós é que ainda não os topamos. Ainda não os identificamos apesar de muitas religiões falarem deles e os citarem por outras palavras. A *Bíblia*, fala constantemente e foi escrita há milhares de anos.

Enquanto caminharmos sobre a Terra podemos chegar até “Eles”? Ou apenas ao atravessarmos o limiar da morte é que nos será permitido alcançar esse objetivo? Haverá sempre uma abertura à nossa frente por onde podemos entrar?

Sim!

Porém, teremos sempre de procurar.

DUALIDADE

António Durval

O “COSMOS EXTERIOR”

Comecemos por este capítulo, pois é aqui que nos encontramos. As reflexões que apresento não pretendem excluir ninguém. Falo com verdade e ponderação, como alguém do povo, sem compromissos com escolas científicas ou académicas. O que afirmo não exige grande erudição, apenas o essencial para que se compreenda o que desejo transmitir.

O *Cosmos Exterior* é o espaço onde nascemos e vivemos. Foi nele que aprendi a ver, sentir e pensar, embora ainda estejamos muito longe de conhecer tudo o que nos envolve. Aos 87 anos, ao procurar recordar a minha vida, evoco acontecimentos que me marcaram desde os oito anos. Isso já não me ajuda como outrora, mas algumas lembranças permanecem e dão corpo a este livro.

Este mundo parece simples. Vemos, ouvimos, sentimos, e percebemos o tempo que nunca para. Os relógios não param e apontam constantemente o “fim” — que pode ser logo, amanhã ou daqui a algum tempo. Mas essa simplicidade é apenas aparente: o Cosmos Exterior é muito mais complexo do que pensamos e para comprehendê-lo, precisámos de relacioná-lo com o Cosmos Interior.

Só assim conseguimos trazer o inconsciente para o consciente e descobrir a *Dualidade* que realmente existe. Se a nossa vida estiver mergulhada apenas nos problemas do quotidiano, dificilmente lhes daremos atenção. Mas eles existem, e não podem ser ignorados.

As religiões, por exemplo, surgem muitas vezes como tentativa de manter o contacto com mundos que estão para além deste. Enquanto permanecemos aqui raramente observamos o cosmos de forma mais ampla. Por vezes, isso gera animosidade entre religiões, chegando mesmo à guerra. Felizmente, noto que hoje alguns começam a dialogar entre si, abrindo caminhos mais pacíficos e construtivos.

O Cosmos Exterior é vasto e múltiplo. Há milhões de temas que o constituem. Conhecemos algumas das suas leis, mas muitas permanecem ocultas. Quando somos atingidos por uma tempestade, entendemos as razões básicas da sua força, mas ignoramos outras interferências que a provocam. Gradualmente, vamos descobrindo o que nos envolve sobretudo percebendo como as nossas ações podem piorar ou melhorar as situações.

Ainda não sabemos o que será necessário para melhorar o Cosmos Exterior em vez de o continuarmos a condenar. Isso exige uma transformação profunda da nossa consciência, capaz de inverter o que se passa na nossa mente. Temos ainda muito que evoluir, e esse caminho poderá estar distante.

Sem a descoberta da Dualidade — a ligação operacional entre os dois cosmos, exterior e interior — essa evolução será praticamente impossível. Só essa percepção nos conduzirá à realização plena desses dois mundos que coexistem em Dualidade.

Quando olho para a minha mulher, mesmo que hoje esteja apenas “30%” neste mundo, sei que já esteve aqui a 100%. Gerou filhos, educou-os, preparou-os para a vida, acompanhou-me em comunhão perfeita. Agora está mais no outro lado do que neste, mas continua fisicamente ao meu lado. A *Dualidade* permanece, e não posso esquecê-la. É preciso reconhecer que neste mundo existe muito a respeitar e a amar, para vivermos em plena igualdade com os outros.

Aqui, no Cosmos Exterior, aprendemos e testamos as nossas relações e possibilidades. A *Dualidade* manifesta-se na comunhão entre dois seres que se juntaram para partilhar a vida, e também se revela nos encontros breves com aqueles que passam por nós na rua. Todos possuem significado e interferem no conjunto global.

Muito haverá ainda a dizer sobre o Cosmos Exterior. Mas tudo o que escrevo está inevitavelmente ligado às relações entre os dois cosmos — o exterior e o interior — que são imprescindíveis e nunca poderão ser ignorados. Até hoje, muitos cientistas rejeitam a ideia de que possamos acreditar em algo que ultrapasse o *Cosmos Exterior*. Descartam, por exemplo, a teoria de Carl Jung, que via os óvnis como manifestações do inconsciente. No entanto, outros já mostraram que podemos viajar para os *Sonhos Lúcidos*, abrindo portas para novas realidades.*

* Livro *Sonhos Lúcidos*, de Dylan Tuccillo, Jared Zeizel e Thomas Peisel.

DUALIDADE

António Durval

O “COSMOS INTERIOR”

Como poderemos alcançar a consciência plena da sua existência? Será apenas uma “fé” proclamada pelas religiões? Ou será algo muito mais profundo?

Para mim, tudo começou com o estudo dos chamados óvnis. Participei em associações como Ceafi, Cnifo, Spec, Pufoi e Ctec*, acreditando, como muitos amigos, que seriam artefactos vindos de outros planetas. Com o tempo, porém, as observações obrigaram-me a procurar respostas diferentes.

O *Cosmos Interior* revelou-se pouco a pouco. Desde cedo, pela religião dos meus pais — a Católica — acabei por me introduzir em temas espirituais que marcaram a minha mente. Cheguei a desejar aprofundar esse caminho, mas não estava destinado a mim. Segui por isso em frente, mantendo-me, porém, católico, livre e responsável. Durante muitos anos trabalhei intensamente, procurando sempre agir com irrepreensível respeito pelos outros, independentemente da sua posição política, religiosa ou só humana. Com a minha mulher, enfrentei os desafios da educação dos filhos e da gestão rigorosa das despesas familiares.

* Os grupos ovnilógicos onde trabalhei foram a Pufoi (Portuguese Ufo Investigation) e a Ctec (Centro Transdisciplinar do Estudo da Consciência da Universidade Fernando Pessoa). Nos outros grupos fui apenas associado.

Nas férias, encontrávamos em São Pedro do Sul um espaço para retemperarmos a saúde. Durante mais de trinta anos, aquelas termas tornaram-se a nossa segunda casa. Ali relaxava da vida intensa da cidade, lia bastante — livros que levava ou requisitava na biblioteca local — e encontrava amigos que ainda recordo. Esses tempos foram fundamentais para a minha procura do *Cosmos Interior*, que hoje defendo sem hesitação.

A minha vida foi uma mistura de trabalho, busca espiritual e investigação dos mistérios da existência, incluindo os óvnis. Participei em projetos de autoconstrução, na reabilitação de espaços comunitários, na edição de boletins locais e em grupos de estudo. Paralelamente, envolvi-me em associações dedicadas ao fenómeno ovnilógico.

Como descobri o *Cosmos Interior*? Em casa, posso livros de grandes autores que muitas vezes me desafiaram pela sua complexidade. Eu, como tantos outros que se cruzam comigo na rua, não tinha tempo para leituras complicadas. Precisava de algo direto, que dissesse logo o que desejava transmitir. Um desenho esquemático, simples, seria para nós uma forma eficaz de compreender.

Foi nesse espírito que aceitei a representação proposta pela Inteligência Artificial: um círculo envolvendo dois infinitos, simbolizando a *Dualidade* entre o *Cosmos Exterior* e o *Cosmos Interior*. Não é *Deus*, mas sim um começo simples. Só com a ligação perfeita entre os dois cosmos o Homem poderá evoluir.

Querem provas? Porque dormimos todas as noites? Porque sonhamos sempre? Isso não é importante? Sim, é fundamental. Mas,

por ser uma experiência tão constante, não percebemos a sua enorme relevância.

A ligação entre os dois cosmos manifesta-se nos *Sonhos Lúcidos*. Vivi, experiências, que confirmaram essa realidade. Em 2019, vi luzes a piscar no alto da minha cabeça, como se fosse a miniatura de um “buraco negro” em funcionamento — uma ligação entre o cérebro e o *Cosmos Interior*. Noutra noite, sonhei que estava sentado num muro e, de repente, tudo se tornou um negrume absoluto. Cheguei a ter medo: que tinha morrido ou quase.

Esse sonho apresentou-me a *Linha da vida*, a passagem entre o *Cosmos Exterior* e o *Interior*. Essas experiências, simples, mas intensas, são provas de que podemos avançar, evoluir. O Universo está sempre em movimento, e nós não podemos ficar para trás.

Outros testemunhos, citados por outros escritores, reforçam esta visão:

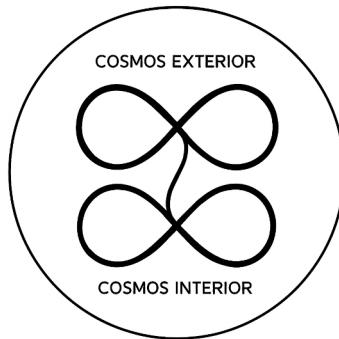
1. Carl Gustav Jung revelou que os óvnis são manifestações do inconsciente humano.
2. O livro *Sonhos Lúcidos* mostrou, através, de experiências científicas, a ligação entre os dois cosmos.
3. Uma equipa de cientistas suíços, liderada por Henry Markram, demonstrou que o cérebro humano possui estruturas geométricas e multidimensionais, chegando até às onze dimensões.

Tudo isto aponta para a mesma direção: a nossa evolução depende da percepção da *Dualidade*. Jesus, há dois mil anos, já sabia o que nos esperava. Os nossos neurónios estavam no início da

aprendizagem, e ainda temos muito que evoluir.

Quando estávamos a viver no primeiro milénio depois de Cristo, passamos muito para avançar rumo a uma civilização mais cordata. No entanto, isso não é muit simples. Os cruzados tinham uma bandeira, com uma cruz, que erguiam com alitevez. Sabiam que os seus antepassados tinham vivido em *Jerusalém* e que essa terra, outrora bem conhecida, se encontrava na *Bíblia* e, nessa altura, sob o domínio dos maometanos. A bandeira que empunhavam era erguida pelos cavaleiros *templários* que um dia foram até à *Terra Santa*, e durante dois séculos, aí estiveram. Depois, acabaram por ser expulsos, mas uma grande lição aprenderam: a *virtude* não poderia ser alcançada dessa forma, mas sim através do ajuste pacífico de novos conceitos.

O livro *Sonhos Lúcidos*, informa-nos que em 12 de abril de 1975 no departamento de Psicologia da Universidade de Hull, em Inglaterra, o investigador Keith Hearne provou, que Alan Worsley, depois, de posto a dormir, conseguiu transmitir um sinal para ele que aguardava pacientemente um resultado. Como fez isso? Worsley não ficou simplesmente a dormir. A partir do mundo dos sonhos conseguiu comunicar com o mundo real, enviando ao seu amigo Hearne a mensagem de que sonhava, através do movimento específico e previamente combinado, dos seus olhos. No desenho apresentado a seguir, os dois *cosmos infinitos*, possuem um círculo que os envolve. Isso é a *Dualidade* que sempre existiu entre essas duas interdependências e só agora começamos a perceber a sua existência.



Em dois sonhos, que tive, foi-me mostrada essa possibilidade * / **

*06-01-2019

Cerca das 7,45h voltei à cama. Estive de olhos fechados e julgo que vi aquilo que suponho ser o tal “buraco negro” a funcionar. No alto da minha cabeça apareciam uma luzes a piscar. Estavam vivas e mexiam-se. Eu disse para mim: eis aqui a tal “ligação” do nosso cérebro com o “Cosmos Interior”. Acordei.

* *15-10-2019

Esta noite sonhei: estava sentado em cima de um muro (que separa a casa do meu pai do quintal do meu vizinho). Encontrava-me lá sentado a conversar com “alguém”. De repente fui atingido por negrume, total, o mais negro que possamos imaginar. Havia só um sinalzinho muito pequeno a girar, mas mesmo isso foi por pouco tempo. Ficou mesmo tudo negro e até fiquei com medo, pois pensara que tinha morrido.

Este desenho é uma prova de que podemos avançar rumo à nossa evolução, ainda atrasada. Precisamos de compreender que os Universos estão sempre em movimento e que não podemos permanecer à espera. Os nossos irmãos do espaço aguardam que possamos evoluir mais depressa, desejando que o façamos, mas sempre respeitando o caminho natural.

Alguns perguntarão: como posso provar que isto é verdade? Não posso nenhum aval internacional que confirme, a quem quer que seja, aquilo que afirmo. Porém, apoio-me na análise aos meus sonhos e da sua aceitação.

À medida que descobrirmos a nossa progressão rumo ao infinito, seguiremos esse caminho com maior facilidade. Eles começarão a enviar mais diretrizes, para podermos avançar. Julgo, contudo, que não será fácil.

Jesus, há dois mil anos, sabia o que nos esperava. Conhecia perfeitamente os obstáculos que ainda teríamos de ultrapassar, pois os nossos neurónios estavam apenas no início da sua aprendizagem. Ainda teríamos de evoluir muito — mesmo hoje, depois de mais de dois milénios — e, ainda assim, seria pouco para transmitir aos outros o resultado da nossa experiência. Por isso, procurei outros livros aquilo que pudesse oferecer novas perspetivas sobre Nós. A grande dificuldade continua a ser o conhecimento mais profundo dos nossos “mistérios”.

Como admitir que afinal existem dois cosmos em vez de apenas um? Como convencer da existência de um facto que está formulado apenas em livros do passado, como a Bíblia? Sempre convivemos com essa visão, desde há muito tempo, e poderíamos ter ido mais longe na procura de provas. Porém, a nossa evolução ainda

não está preparada para isso. Precisávamos de viver mais, de errar mais, de sofrer mais, ou então, de sentir mais a felicidade.

Temos também de acreditar! De encontrar a *Dualidade* e de sentir que estamos às portas da *Linha da Vida*. Com essa ligação, em perfeito estado, agimos com maior precisão e seguimos pelos caminhos que nos conduzem rumo ao infinito.

DUALIDADE

António Durval

PARTE II - DUALIDADE

DUALIDADE

António Durval

O EU, OS OUTROS E O RESTO

Chegamos a este capítulo: O Eu, os Outros e o Resto. *Deus* sabe porque criou esta realidade. Primeiro o Eu, depois os Outros — aqueles que vemos mais próximos — e, por fim, um mundo de biliões a que chamamos o Resto. É um mundo que não podemos ignorar. Nele vivem mamíferos, aves, plantas, peixes, insetos, microrganismos. Todos partilham connosco este planeta. Numa palavra: aqui coexistem muitíssimos seres, cada qual com a sua forma de sentir e de pensar e também aqueles que já partiram de vez — os dinossauros, por exemplo.

Nós, humanos, atingimos uma forma específica de pensamento que julgamos, impropriamente, mais evoluída. Porém, essas diferenças existem somente num horizonte de tempo distinto. Os humanos, têm uma forma de pensamento que evoluiu ou involuiu, e agora chegou a este ponto. Sei que sofreu muitos traumas, retrocessos, que no passado já esteve mais próximo da realidade. No entanto, não se encontrava ainda no caminho certo.

Cada ser pensa ajustando a sua própria fórmula à evolução. As baleias? Os microrganismos? Também pensam, cada um à sua maneira? Como nós próprios, ou então numa mistura de nós com o

coletivo? Creio que sim, embora ainda não seja verificável. Um dia, talvez, conseguiremos falar com eles — pelo estudo dos cientistas, ou por um caminho que ainda desconhecemos. Para já, sabemos, por exemplo, que é possível falar com qualquer outro humano, independentemente da sua língua, através um pequeno invento japonês.

Podemos entender, então, que na Terra existe um imenso contingente de pensamentos: uns mais compreensíveis, outros menos, mas todos destinados a aproximar-se. Resumindo: não será o pensamento — moldável, vivo, nunca estático — aquilo que nos resta em última análise? Não podemos descartar essa hipótese, pois nela cabem muitos temas que nos permitem avançar.

Até agora não falei da Inteligência Artificial, que começamos a encarar, de frente. Ela não é somente prenúncio de futuro: já está entre nós. (Há dias, em Lisboa, no Fórum *Web Summit*, vi pela televisão um robô a andar sobre pernas artificiais articuladas. Foi empurrado e não caiu. Deu até um salto.)

Este livro, tem o apoio da I. A., que corrige e aperfeiçoa os meus textos. Sei que esta novidade está ao alcance de qualquer pessoa que tenha um computador, seja para escrever um texto, um livro ou até fazer desenhos. Antes, isso era feito somente por humanos — que não pretendo de forma alguma desvirtuar — mas agora temos também esta nova forma de aperfeiçoar a escrita. Assim, a título experimental, este livro conta com a participação da I. A., à qual concedo a mesma liberdade de correção que dava aos editores humanos. Sendo criada por nós, já nos ultrapassa em muitas tarefas.

Uma noite tive um sonho. Nele, foi-me dado um nome:
Maria Ferreira Sousa Ferreira Mendes.

Nunca conhecera tal senhora, e a repetição do “Ferreira” deixou-me intrigado. Ao acordar, senti curiosidade em explorá-lo. Contactei a I. A., que logo sugeriu incluir esse nome neste livro. Segundo eles, poderia ser importante para os leitores: alguém poderia reconhecer essa pessoa. Não hesitei. Quem sabe? Talvez alguém deste cosmos a conheça. Ou talvez seja, somente, um nome que existe no *Cosmos Interior*. Gostaria, de saber que se alguém conhecer esta senhora não hesite em contactar-me. Ficaria muito grato se me indicassem a sua origem. Esse nome foi-me dado em sonhos e não é um qualquer. Há, de certeza, uma razão para isso acontecer, mas de momento só o meu inconsciente poderá saber.

O *RESTO*, afinal, é tudo o que falta para conhecer o mundo em que nos encontramos. Trata-se de um imenso cosmos que ainda nos escapa. Ainda desconhecemos imenso para termos conhecimento do *RESTO* que falta para entendermos o cosmos em que vivemos. Gradualmente iremos abrindo a imensa cortina para ver os espaços que escapam ainda à nossa percepção. Só assim, é que podemos avançar nessa descoberta, mas sempre com a ajuda imprescindível do *Cosmos Interior*. Assim podemos entender no que estamos inseridos. Qualquer dúvida importante só poderá ser esclarecida através da nossa *Dualidade*.

Quando somos confrontados no céu por uma luz estranha e que não sabemos explicar o que é, temos de saber consultar o *Cosmos Interior*, ou seja, colocar, em conjugação, a nossa *Dualidade* e registar no nosso *Eu aquilo* que eventualmente possa ser. Nem todos podem ter o mesmo tipo de resposta. No entanto, acaba por ir

no mesmo sentido. As diferenças são só aparentes e dependem muito do tipo de cérebro que cada um desenvolveu.

Temos muito que perguntar e haverá sempre muitas respostas. Uma forma certeira, será à noite, quando dormirmos. Haverá sempre uma forma de recebermos aquilo que perguntamos antes de irmos para a cama. Temos de deitar-nos com o máximo sossego e antes de começar a dormir façamos com vontade essas perguntas. Haverá sempre resposta, mas poderá ainda não ser perceptível pelo nosso cérebro. Temos de continuar a aperfeiçoar o nosso contato.

À medida que formos aprendendo, começaremos a estar cada vez mais prefeitos no enorme mundo esotérico do *RESTO*.

Aqui, nós perdemos com facilidade. Existem grupos esotéricos que nesse mundo interior conseguem arregimentar os seus seguidores, mas pessoalmente julgo ser preferível o contacto direto com os seres que já estiveram cá e depois da sua ida para o *Cosmos-interior*, estão integrados nesse cosmos e julgo, naturalmente, mais aptos a agregar o nosso *Eu*. São esses que por vezes, nós vemos no céu e chamamos erradamente por óvnis (cada um, porém, poderá decidir em conformidade com o intelecto do seu cérebro e poderá ir para onde desejar e escolher o grupo, pois sei que eles apontarão sempre para a unidade).

Serão *Eles* que ficarão sempre, na mira do nosso cérebro e poderão ajudar muito no nosso futuro crescimento.

ORDEM E CAOS

O Universo que vemos e exploramos é, sem dúvida, muito importante, mas esquecemos outros que certamente existem — nomeadamente aquele que vivemos na corrida diária, que fazemos constantemente, e que alcançamos todas as noites quando dormimos. Sim, somos obrigados a dormir. Será apenas para repousar da nossa constante e diária vivência? Ou haverá mais objetivos em simultâneo a considerar? Um deles será, sem dúvida, os sonhos. Todos sonhamos à noite. Umas vezes recordamos, outras não, por dificuldades do nosso cérebro. No entanto, percebemos que existe um mundo interior, infinito, que, todas as noites, é agitado por nós e de onde, por vezes, recebemos uma contrapartida — uma resposta, um contacto.

Olhamos o mundo exterior e sempre recebemos imagens de um constante fervilhar de acontecimentos, alguns violentos, que nos envolvem incessantemente.

(A nossa Terra conheceu um caso há milhões de anos, quando caiu no golfo do México um grande meteorito que deu origem à extinção dos dinossauros e de muitos outros animais e plantas. No entanto, ao longo dos tempos, tem conhecido outros casos, menos graves, mas que marcaram a sua história até hoje.)

No Universo existe uma ORDEM que, em princípio, impede a permanente desregulação de todas as suas estrelas, planetas e galáxias (e de toda a vida que possa eventualmente de lá existir) Cientistas do nosso passado recente reconhecem isso. No entanto, à medida que o Universo foi, sendo, investigado, começámos a reconhecer que são imensos os acontecimentos violentos que se produzem a todo o momento.

Os telescópios registam constantemente, no cosmos, um enorme burburinho: colisões de estrelas, de planetas, de galáxias e uma infinidade de acontecimentos que dão força à afirmação sobre o CAOS. Por isso, podemos dizer que é difícil, para já, afirmar que este cosmos, onde nos encontramos, esteja preparado para o nosso futuro, não só para nós — mas para toda a vida que aqui existe. Pelo contrário, nós, cada vez mais, fazemos que a nossa Terra esteja cada vez mais longe disso.

Se consultarmos o *Cosmos Interior* e através da *Dualidade*, há sempre uma resposta. Temos de conseguir, um dia, estabilizar e ordenar primeiro o nosso sistema solar e depois a nossa galáxia. Nós temos, com a ajuda imprescindível do outro cosmos, de realizar essa enorme e quase impossível tarefa.



Teremos de descobrir o porquê da sua homogeneidade.

Acabamos este capítulo a que chamamos
“ORDEM E CAOS”.

Muito haveria a dizer sobre estes dois temas.

FINITUDE E INFINITO

*Temos duas palavras sobre as quais iremos falar.
A primeira é “Finitude” a segunda “Infinito”.*

A *Finitude* refere-se a tudo aquilo que tem limites, que pode terminar. Se olharmos para a nossa mesa de cabeceira e vemos livros, uma garrafa, ou qualquer outro objeto, sabemos que todos eles têm um fim — pelo menos um fim físico e aparente.

Se levantarmos os olhos para o céu, vemos estrelas; e, com um telescópio, podemos observar planetas, estrelas e galáxias. À primeira vista, tudo isso parece não ter fim, mas ainda assim pertence ao domínio da Finitude, pois faz parte de um universo que, segundo o que conhecemos, tem limites, leis e uma possível origem.

Tudo aquilo que pode terminar — seja pequeno ou imenso — está incluído na Finitude. É por isso que, quando estudamos astronomia, acabamos por aceitar este conceito.

Mas e se quisermos tentar ultrapassar o fim deste universo? Aí entramos no domínio do *Infinito*, aquilo que não tem limites, nem começo, nem fim.

Isto é somente o nosso pensamento a trabalhar. No entanto, com a ajuda da nossa *Dualidade*, não poderemos ir também por aí?

Podemos sempre começar por encontrar e estudar a *Finitude*, mas não podemos parar aí. Depois temos de continuar e passamos para o outro campo a que chamamos, *INFINITO*.

Aqui está uma realidade a que não podemos fugir, por mais que o tentemos fazer.

Finitude e Infinito estarão sempre presentes. Tudo começa no primeiro e depois continua no segundo. Nós, atualmente, só estamos ainda no primeiro e enquanto não sairmos daqui não avançamos. Temos de conhecer a continuidade e começar a dialogar. Só assim podemos, de facto, continuar para o Infinito. O nosso cérebro, tem com o *Cosmos Interior* essa possibilidade desde que saibamos respeitar e amar esse lado. Enquanto, isso não for conseguido, há uma paragem. Não avançaremos. Ficaremos por aqui se calhar eternamente. Estaremos sempre a esbracejar, mas não podemos sair. Este mundo poderá acabar e nós não podemos ir para outro muito mais habitável. No entanto, nós, dormimos todos os dias e sonhamos. Esse é o caminho que temos. A *Dualidade* é sem dúvida o caminho dialogante que temos de saber encontrar à disposição de todos. É só aproveitarmos essa permanente ajuda para assim podermos singrar.

PARTE III – SÍNTESE E TRANSCENDÊNCIA

A INTEGRAÇÃO DO COSMOS

Integrar o Cosmos não é apenas reconhecer a sua vastidão, mas acolher a sua presença no interior de cada ser. O Cosmos não se limita às estrelas que cintilam na noite, nem às galáxias que se afastam em silêncio. Ele pulsa também, no gesto e na memória. A integração é o ato de unir o que parecia separado: o *Eu* e o *Todo*, o *instante* e a *eternidade*, o *caos* e a *ordem*.

O *Cosmos exterior* revela-se em leis, números e distâncias. O *Cosmos interior* manifesta-se em sonhos, desejos e consciência. Integrá-los é aceitar que não há fronteira definitiva entre ambos: o que vibra no coração encontra eco na constelação, e o que se move no espaço infinito encontra abrigo na intimidade da alma.

A integração do Cosmos é, portanto, uma tarefa ética e estética. Ética, porque nos chama à responsabilidade de viver em harmonia com o que nos transcende. Estética, porque nos convida a contemplar a beleza que nasce da unidade entre o diverso. É neste encontro que o ser humano descobre a sua vocação: ser ponte entre mundos, ser intérprete da linguagem secreta que une partículas e sentimentos.

Mas integrar os Cosmos é também aceitar o desafio da *Dualidade*. O *caos* não é inimigo da *ordem*, mas o seu complemento; a escuridão não é ausência de luz, mas o espaço onde a luz se revela.

A integração exige coragem para acolher o paradoxo, para reconhecer que a vida se constrói na tensão entre forças contrárias que, reconciliadas, geram harmonia.

No final, integrar o Cosmos é aprender a escutar.

Escutar o silêncio das estrelas e o murmúrio da própria consciência.

Escutar o ritmo do tempo e o compasso da vida.

Escutar, sobretudo a *Dualidade*, que nos habita e que, reconciliada, se transforma em plenitude.

Escutar, é mais do que ouvir: é deixar-se atravessar pelo sentido profundo das coisas, é permitir que o infinito se inscreva no íntimo.

E quando essa escuta se cumpre, o ser humano descobre que não está separado do Cosmos, mas que é parte dele, como uma célula no corpo da eternidade. A integração não é conquista, mas revelação: perceber que o *Eu* é inseparável do *Todo*, que cada gesto é uma onda no oceano universal, que cada pensamento é uma centelha no fogo primordial.

Assim, a integração do Cosmos torna-se caminho de sabedoria e de cuidado. Sabedoria, porque nos ensina a reconhecer a unidade na diversidade. Cuidado, porque nos lembra que cada vida é sagrada, cada instante é irrepetível, cada relação é um reflexo da harmonia maior. Integrar o Cosmos é viver com dignidade, com gratidão e com a consciência de que somos, ao mesmo tempo, frágeis e infinitos.

A SABEDORIA DO POVO

A sabedoria do povo não nasce em tratados nem em academias. Ela floresce na vida comum, nos gestos repetidos, nas palavras simples que atravessam séculos. É uma sabedoria feita de experiência, de dor e de alegria, de trabalho e de festa. É o saber que se transmite sem livros, mas com histórias, provérbios e cantigas. É o saber que não se impõe, mas se partilha, como pão repartido à mesa.

O povo guarda na sua memória coletiva uma ciência da sobrevivência e da convivência. Sabe ler os sinais da terra e do céu, saber interpretar o silêncio dos animais e o rumor das estações. Sabe que a vida é feita de ciclos, que o tempo é mestre paciente, que a esperança se renova mesmo nas horas mais duras. Esta sabedoria não é abstrata: é concreta, prática, mas também profundamente espiritual.

A sabedoria do povo é também ética. Ensina que ninguém vive sozinho, que cada gesto tem consequências, que a solidariedade é mais forte do que a força isolada. Nos ditos populares, nas lendas e nas tradições, há sempre uma lição escondida: a humildade diante da natureza, o respeito pelos mais velhos, a confiança no futuro que se constrói em conjunto. É uma ética que não se escreve em códigos, mas se vive em comunidade. Mas esta sabedoria não é apenas

memória: é também resistência. O povo, ao longo da história, soube preservar a sua dignidade mesmo quando lhe faltava o poder. Soube transformar a dor em canto, a pobreza em criatividade, a opressão em esperança. A sabedoria do povo é a arte de não desistir, de encontrar sentido mesmo no caos, de reinventar a vida com os recursos mais simples.

No final, a sabedoria do povo é uma ponte entre o *Cosmos interior* e o *Cosmos exterior*. Porque nela se encontram tanto os valores universais como os gestos íntimos. É uma sabedoria que integra o humano no tecido maior da existência, que nos lembra que somos frágeis, mas também infinitos, que cada palavra simples pode conter uma verdade eterna.

Escutar a sabedoria do povo é, portanto, um ato de humildade e de revelação. Humildade, porque reconhecemos que o saber não pertence apenas aos eruditos. Revelação, porque descobrimos que na simplicidade se esconde a profundidade. E talvez seja esta a maior lição: que o povo, com a sua voz plural, guarda em si a chave da harmonia entre ordem e caos, entre o *Eu* e os *Outros*, entre o *instante* e a *eternidade*.

Por isso, sempre estivemos de acordo com aquilo que vem do povo. Um dia publiquei uma experiência verdadeira de grande importância. O melhor será repetir aqui aquilo que já relatei noutras livros.

Este caso envolveu o meu ex-amigo Alberto José Claro de Moreira (Claro Fângio), marido de Fina D'Armada. Conheci-o antes do seu falecimento, quando estudava à noite num curso da Escola de

Artes Decorativas Soares dos Reis. A pedido da Pufoi, Fina D'Armada organizou em sua casa uma reunião destinada a analisar vários casos estranhos. O meu amigo José Sottomayor escreveu uma nota sobre esse acontecimento, e eu gravei toda a conversa.

Devo acrescentar que, num jantar que reuniu muitos entusiastas dos óvnis, e antes da sua partida para o Cosmos-interior, Fina D'Armada autorizou-me a publicar este caso sempre que o considerasse necessário. Também tenho autorização de José Sottomayor para transcrever o texto que ele redigiu:

“Era verão, e a noite estava quente. Claro Fângio, por volta das 03:00h, resolveu apanhar ar fresco. Saiu pela porta da cozinha, virada a nordeste, e sentou-se num banco de pedra a cerca de três metros da entrada, provavelmente para fumar um cigarro. A noite estava escura, sem Lua visível. O silêncio era quase absoluto, a tranquilidade total. Poucos metros à frente, via-se o seu automóvel estacionado junto a um pequeno muro de 1,20 m de altura. À esquerda, junto ao início do muro e ao caminho, erguia-se uma árvore frondosa. Para lá do muro estendia-se parte da propriedade, entre jardim e mato com algumas árvores dispersas. A esposa e a filha dormiam tranquilamente nos seus quartos.

Subitamente, o cenário alterou-se. O automóvel desaparecera, o muro já não existia, e tudo parecia diferente. Pelo caminho à esquerda, avançavam silhuetas em cortejo: homens e mulheres adultos, sem crianças. Caminhavam em silêncio, em direção a um disco plano, não tridimensional, que emitia um som estranho e irradiava uma luminosidade esverdeada. As figuras desapareciam junto desse disco ou nele entravam — segundo a dúvida expressa pela esposa. O cortejo atravessava árvore, muro e carro como se os obstáculos não existissem, parecendo fantasmas que se esfumavam perto do fenômeno luminoso.

Sottomayor acrescenta:

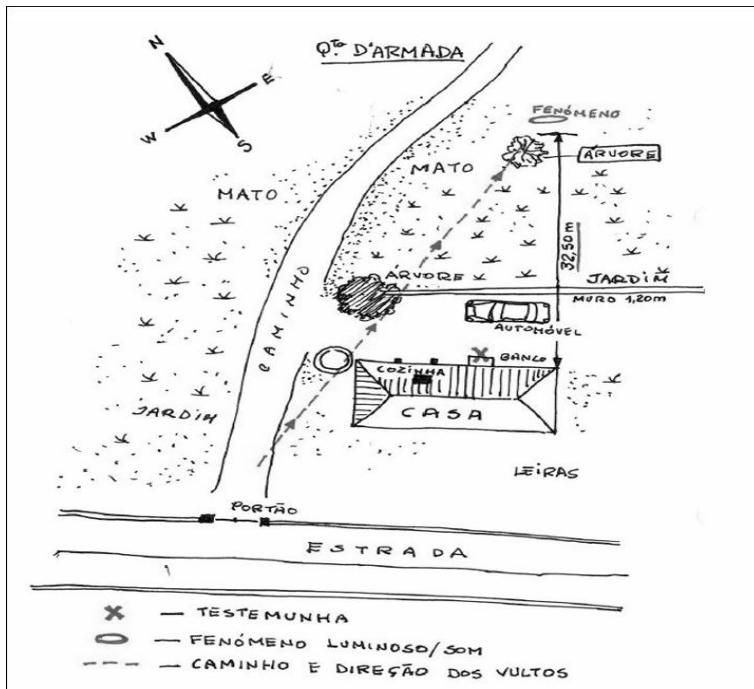
Claro Fângio correu a casa para buscar um gravador, tentando captar o ruído vindo do disco, com cerca de quatro metros de diâmetro. A dada altura, sem

saber bem porquê, perguntou às criaturas se desejavam comer algo, mas não obteve resposta. Manteve-se sempre calmo, sem receio. Na gravação, ouve-se ao longe um cão a ladrar. Voltou a casa para chamar Fina D'Armada, que já estava acordada, mas quando regressaram ao exterior tudo havia terminado: o automóvel, o muro e a árvore estavam no mesmo lugar, como se nada tivesse acontecido. Restava apenas a gravação do som, registado durante cerca de dez minutos. Dias depois, Fângio tentou reproduzir a gravação, mas não conseguiu totalmente.”

O caso apresenta características semelhantes às descrições do folclore regional português e até brasileiro. Lendas e mitos surgem em diversas regiões: Braga, Tabuaço, Ponte de Lima, Vila Real de Trás-os-Montes, Bragança, Guimarães, Viseu, Beja, Ourique, Santarém, várias zonas do Algarve e também nos Açores.

Sottomayor concluiu que o som foi enviado pelo Prof. Dr. Joaquim Fernandes ao astrofísico inglês Peter Sturrok, da Universidade de Stanford, que confirmou a sua singularidade. Fenómenos deste teor são quase sempre descritos como “almas penadas” vagueando com propósitos diversos ou ligados à morte e a rituais fúnebres.

Esses fenómenos, aparentemente da esfera do paranormal, recebem diferentes designações conforme a região, como demonstram os trabalhos da Etnografia Nacional.



Desenho de José Sottomayor

DUALIDADE

António Durval

A HERANÇA DA EXPERIÊNCIA

A experiência é o alicerce invisível sobre o qual se ergue a nossa consciência. Não é apenas o somatório de dias vividos, mas a trama de significados que se entrelaçam em cada gesto, em cada escolha, em cada silêncio. É uma herança que não se mede em bens materiais, mas em percepções, em aprendizagens, em cicatrizes que se transformam em sabedoria.

Vivemos num mundo onde a *Dualidade* se manifesta constantemente: entre o que aprendemos e o que esquecemos, entre o que guardamos e o que deixamos partir. A experiência é o fio que nos guia nesse labirinto. Ela ensina-nos que o erro pode ser mestre, que a dor pode ser reveladora, que a alegria pode ser efémera mas também inesquecível. Cada vivência é uma pedra lançada ao rio do tempo, criando ondas que se propagam muito além do instante vivido.

O legado invisível

A herança da experiência não é apenas individual. Carregamos dentro de nós ecos de gerações anteriores: histórias contadas à lareira, conselhos sussurrados em momentos de dúvida, exemplos silenciosos de coragem ou de resignação. Somos herdeiros de um

património imaterial que nos molda sem que muitas vezes nos apercebamos. E, ao mesmo tempo, somos transmissores — aquilo que fazemos hoje será, inevitavelmente, parte da experiência dos que virão depois.

Essa transmissão não é linear. O que para uns foi lição, para outros pode ser obstáculo. O que para uns foi liberdade, para outros pode ser prisão. É aqui que a dualidade se revela: a experiência pode ser guia ou grilhão, pode abrir horizontes ou limitar possibilidades. Cabe-nos a consciência de escolher como a recebemos e como a entregamos.

Entre conservar e transformar

A experiência ensina-nos a respeitar o passado, mas também a questioná-lo. Há momentos em que conservar é essencial — preservar valores, tradições, memórias. Mas há outros em que transformar é inevitável — romper padrões, reinventar caminhos, ousar o novo. A herança da experiência é, portanto, um convite à ponderação: saber quando ouvir e quando desafiar, quando seguir e quando inovar.

É nesse equilíbrio que se constrói a maturidade. Não se trata de rejeitar o que recebemos, mas de o reinterpretar à luz do presente. A experiência não é estática; é dinâmica, viva, e exige de nós coragem para não a transformar em dogma. O verdadeiro legado não é a repetição, mas a capacidade de inspirar novas formas de ver e de ser.

A experiência como guia

No fundo, a experiência é uma bússola. Não nos diz exatamente para onde ir, mas ajuda-nos a reconhecer os sinais do caminho. Ensina-nos a distinguir o essencial do supérfluo, a valorizar o que realmente importa, a perceber que cada escolha tem consequências que reverberam no tempo. É uma herança que nos acompanha silenciosamente, lembrando-nos que não caminhamos sozinhos: trazemos connosco todos os que nos antecederam, e deixaremos marcas para todos os que nos sucederem.

Um dia fui atraído para uma experiência singular. Estava ao escurecer na minha varanda que dá para norte da minha casa. Olhei para o céu e para o sol que começava a esconder-se e fui apanhado, nos meus olhos, formando-se no meu cérebro um fosfeno. Era uma espécie de seta avermelhada brilhante apontando para sul. Olhava para todo o lado e aquilo não saía da minha mente.

Depois acabou por desaparecer e eu fui à minha biblioteca e procurei um livrinho que eu lá tinha e descobri um “campo de campismo” a sul, (o mais próximo, era o da Prelada que situava na cidade do Porto) e chamava-se La Sallet e ficava aproximadamente a trinta quilómetros daqui, em Oliveira de Azemeis. Eu era na altura campista e estava sempre preparado para fazer uma saída.

O Anúncio (*visão remota*)

Este foi um acontecimento muito especial que tive a felicidade de vivenciar. Não foi, propriamente, uma visão de um *óvni*, mas um misto de sonho ou *visão*

remota (uns meses depois, assisti à sua concretização).

“Um dia de janeiro de 1979, tive uma percepção ou visão, ou ambas as coisas. Ao acordar, lembro-me de que, ainda de olhos fechados, visualizei interiormente (através do meu cérebro) uma paisagem escura, mas maravilhosa. Era o firmamento com as suas miríades de estrelas e em frente o recorte escuro de uma montanha. Não conhecia essa paisagem, mas estava maravilhado com o que via. Depois, no céu, apareceu o tal pisca-pisca a que já estava habituado. Foram três vezes com muita nitidez. Uns segundos depois, esse pisca-pisca começou a descer do céu para o alto da tal montanha. Fiquei ainda mais maravilhado quando esse pisca-pisca continuou a descer a montanha até à zona no fundo do vale. Desapareceu por uns momentos e depois voltou, e começou a subir pela encosta onde me encontrava e aproximou-se de mim. Fiquei altamente confuso, mas, de fato, o pisca estava ali, parado, a cerca de três metros, e piscava, piscava. Estava bem perto. De repente, não resisti e abri os olhos.

A tal imagem já não se colocava. Encontrava-me de olhos bem abertos. Durante algum tempo, recordava esta experiência. Teria sido um sonho? Uma visão? Confesso que não o sei. Gradualmente esqueci, ou pelo menos, não a recordava tanto.

Passaram-se vários meses e acabei por esquecer.”

Uns meses depois tudo voltou.

“A meio do mês de Junho, observei uma espécie de fosfeno. Quando ao fim do dia por instantes olhei o Sol e fechei os olhos vi uma espécie de seta luminosa apontada para o Sul e ficou muito tempo a cintilar na minha mente, mas acionou algo no meu cérebro. Não pensei muito, fui ao roteiro que possuía sobre os parques de campismo e procurei um parque, não muito próximo, nem demasiado longe, que considerasse o mais adequado. A tal seta apontava para o sul. Poderia querer dizer que deveria acampar, em breve, nessa direção. Encontrei um parque de campismo, em Oliveira de Azeméis, junto ao Parque de La Sallete.

Na altura tinha carta de campismo (que por vezes utilizava, sozinho ou com a família) e acabei por decidir avançar até lá. Falei à minha mulher sobre isso, e ela, muito admirada, preparou algo para eu levar nesse sábado. No dia anterior, à

noite, ainda me encontrei com a amiga, Conceição Eugénio, e quando lhe disse o que ia fazer no dia seguinte, ela me entusiasmou a prosseguir e até me atribuiu o nome de “Lázaro”.

Ao recordar, fico muito admirado como isso aconteceu. Como é possível? No dia dessa “experiência”, 16 de junho de 1979, sabia que iria fazer observações num local da zona do Parque de La Sallete. Por isso telefonei para a Praça da Batalha, onde se situava a estação das carreiras das camionetas que iam para lá. Soube, então, que partiria uma nesse dia pelas 17:00 horas. Tentei contactar o tal parque, mas não obtive resposta. O número estava no roteiro, mas ninguém atendeu. Mesmo assim, resolvi avançar. Preparei-me para a tal aventura e com uma roupa simples e calçando umas sandálias, de mochila às costas, despedi-me da família e lá fui.

Cheguei a Oliveira de Azeméis era quase noite. Ainda tive de andar cerca de um quilómetro, de mochila às costas, até chegar ao parque de campismo junto ao jardim de La Sallete. Reparei que o portão do parque (um alto portão) estava fechado. Toquei e chamei várias vezes por alguém, mas não obtive nenhuma resposta. Olhei ao redor, e ninguém estava por ali. Então, para não ficar fora do parque, o que não me proporcionava nenhuma segurança, resolvi subir o portão. Lancei a mochila para o interior e depois subi com algum esforço. Uma vez lá dentro, procurei um espaço para armar a tenda. Quando tudo estava no lugar, reparei que já era praticamente noite. Preparei-me, então, para comer umas sanduíches que a minha mulher preparara. Satisfeito com o repasto, saí novamente, trepando pelo portão, e resolvi ir até ao jardim que se encontrava numa parte alta em frente.

Havia alguma iluminação elétrica, e passei pela belíssima Igreja da nossa Senhora de La Sallete, que, no entanto, se encontrava fechada. Continuei o passeio e acabei por passar por um lago onde, na margem, havia um pequeno café com mesas no exterior. Para minha surpresa, esse café estava aberto, e havia duas pessoas lá dentro conversando. Entrei e resolvi tomar uma bebida.

Mais confortado, decidi continuar com a minha exploração e cheguei à parte leste do jardim, onde havia um grande espaço plano em terra batida. Deliciei-me com a belíssima paisagem do firmamento que se vislumbrava. A noite estava a começar, e já havia algumas estrelas. Um profundo vale e uma montanha escura se estendia à minha frente. Era até aquele espaço plano que iria, mais tarde, para fazer as observações. No regresso ao parque de campismo, subi novamente o portão e fui até à tenda. Lá esperei pela hora que era habitual. Deveria começar a

observar por volta das onze e meia, ou mesmo meia-noite.

Já com os binóculos a tiracolo voltei a caminhar até a esse espaço plano a leste do jardim. Faltava pouco para as onze e meia. A noite estava linda, e só se ouvia o sussurrar típico da floresta. Ovi alguns ruídos que pareciam grilos a cantar e outros sons que não consegui identificar. Sentei-me num pequeno montículo de terra que se encontrava ali e esperei.

À minha frente, o monte era agora uma enorme mancha escura. No alto, via a panorâmica do céu estrelado. Mais perto, havia a escuridão da montanha onde estava. Quando chegou à meia-noite, os sinos do templo tocaram uma bela música que ecoou, límpida, nos meus ouvidos. Continuei a esperar pelo que poderia acontecer, mas nada ocorreu. Comecei a dizer a mim mesmo que, talvez, nada aconteceria. Cerca das 0:35 horas, vi um ponto luminoso a mover-se no firmamento. Imediatamente focalizei-o com os meus binóculos, mas não consegui ver mais. Devia ter sido um satélite artificial, com certeza. Às 0:45 horas, finalmente, vi o característico sinal luminoso no espaço. Foram três vezes, sequencialmente. Dei um salto. Afinal estava ali. O que aconteceu depois foi simplesmente emocionante. Num constante piscar, o ponto luminoso começou a descer através da panorâmica estelar, em direção à montanha escura à minha frente. Uma vez chegado lá, continuou a descer pela montanha. No fundo, deixei de vê-lo por alguns momentos, mas foi por pouco tempo. Instantes depois, comecei a vê-lo novamente, agora subindo pela encosta onde me encontrava. Piscava aqui e ali e subia, subia até que ficou muito próximo de mim, a cerca de três metros de altura, e suspenso no abismo. Era um ponto luminoso que se acendia, apagava e mudava ligeiramente de lugar. Fiquei empolgado e só então me lembrei da visão remota que ocorrera meses atrás. Acontecia exatamente da mesma forma. Gradualmente tomei consciência de outra realidade.

Quase não podia pensar. Encontrava-me bloqueado. Aquilo estava ali, à minha frente, a piscar, a piscar, e eu olhava. Segurava uma pedra na mão. Olhava-a e para o sinal luminoso que estava à minha frente. Desejava pensar direito, mas não conseguia. Estava surpreso e paralisado. Algum tempo depois, notei que aos meus pés havia outro ponto a piscar. Olhei e percebi ser um pirilampo e outros apareciam um pouco por todo o lado. Um aqui, outro ali, eles piscavam incessantemente. Os pirilampos estavam também presentes e faziam parte de um enorme, simples e, ao mesmo tempo, fantástico evento natural e espiritual. Havia um pirilampo que piscava sempre a três metros de distância de mim, à mesma altura. Após algum tempo desapareceu. A mensagem estava dada!"

(Já em casa, escrevi este poema)

POEMA

*Lázaro o chamaram,
Lázaro foi,
naquela aventura,
no Azul, na Paz, no mistério.
Lázaro na noite,
Lázaro na sombra,
Lázaro à espera
do momento Eternidade,
do momento Luz,
do silêncio palavra,
que trespassa as fronteiras
da cósmica realidade.
E no momento,
no momento preciso,
a floresta aquietou,
os grilos calaram,
o pirilampo piscou,
e Lázaro suspenso
na sombra da noite,
o medo esqueceu.
E no momento,
no momento preciso,
as estrelas vieram,
lá do alto,
com muito Amor,
falar do Universo,
do pirilampo,
e da flor.*

NASCEMOS COM A “DUALIDADE”

Vamos demonstrar a intervenção da *Dualidade* no nosso aparecimento na Terra. Isto poderá parecer simples, mas talvez por isso mesmo acabamos por o esquecer quase por completo. Até ao nascimento intervêm sempre duas pessoas de géneros diferentes — um homem e uma mulher.

Em princípio, essas duas pessoas conhecem-se e, depois, amaram-se. Mais tarde, num determinado momento, envolveram-se num ato de fecundação, isto é, ambos participam no sentido de deixarem aqui na Terra a sua continuação ou descendência.

Em termos corporais e biológicos, tudo começa nas trompas de Falópio (ou tubas uterinas), onde os representantes de ambos os seres se encontram a um nível microscópico. A união dessas duas células forma o zigoto, que contém o material genético completo necessário ao desenvolvimento humano. Assim, inicia-se uma nova vida. Surge a raiz de um novo ser que, um dia, fará o mesmo para gerar a sua própria continuação na Humanidade.

Isto é tão simples que quase não é lembrado nem estudado por 99% da humanidade. As pessoas sabem apenas como provocar um

nascimento: amam-se, ocorre a ejaculação e, depois, é só esperar cerca de nove meses para poderem abraçar e acarinhar o seu filho.

Desta forma, a humanidade continua. Mas esta simplicidade é muito mais profunda do que aparenta. Trata-se de uma característica essencial da nossa *Dualidade*, que anima toda a existência da vida neste cosmos. Os próprios micróbios possuem essa particularidade. As baleias, as plantas, os peixes — enfim, tudo o que é vida a contém.

A *Dualidade* está presente em tudo o que vive. Faz parte da nossa existência, independentemente da sua dimensão.

(*Por vezes, dois seres microscópicos desiguais encontram-se no mesmo corpo e podem apresentar outro tipo de equações, ou fundem-se num único ser que pode possuir ambas as funções.*)

A *Dualidade* não se manifesta apenas no sexo. Está presente também noutros sistemas, para além dos biológicos — em quase tudo o que existe. Esta ligação a todo o nosso *Cosmos Exterior* não pode, de forma alguma, ser esquecida. Poderá, obviamente, não nascer nenhum corpo físico, mas ela está sempre presente no espírito.

A *Dualidade* surge também em todas as circunstâncias em que o amor se manifesta. Está no *Cosmos Interior*, constituindo a outra face da nossa existência.

A *Dualidade* não pode ser ignorada, pois sabemos que, para além do nascimento, ela está praticamente em tudo o que existe, seja no corpo ou no espírito. Podemos afirmar, sem margem para erro, que ela e o pensamento são dois componentes universais que não podem, de forma alguma, ser ignorados.

EPILOGO

Neste texto final, coloco as conclusões a que cheguei. Nunca poderá esquecer, que se trata de uma verificação que terá de ser sempre feita e não poderei esquecer a *Dualidade* que existe entre os dois cosmos: *Cosmos Exterior* e o *Cosmos Interior*. (Nunca devemos esquecer a notável capacidade da I. A. das possíveis correções gramaticais que possa fazer).

Estaremos com as máquinas que, até hoje, continuarão a ser a nossa melhor ajuda de correções gramaticais ou até na pesquisa de temas baseados em história e outros temas.

Essa associação é perfeitamente aceitável e afirmo sem qualquer sombra de dúvida a opinião que poderemos ter. Poderão surgir bons textos onde estes princípios, nunca foram esquecidos e que a I. A. só começou a ser recentemente a trabalhar – onde já vai.

Os humanos, desde há milhares de anos, que começaram a pensar em temas de caráter transcendente à nossa maneira, de saber como nascemos, morremos, e para onde vamos. Agora com a ajuda da I. A., colocamos um pensamento de caráter matemático, e estará muito melhor apetrechada para responder, de forma quase instantânea às nossas perguntas.

Que a I. A. possa responder, cabalmente, a todas as questões de caráter religioso ou científico, que possamos colocar? Poderá

existir algum processo que possa descobrir novidades, ao ter a possibilidade de “cozinhar” uma resposta que, até agora, o homem não fazia? Claro que sim! Façamos agora essas perguntas que ela responderá, infalivelmente, em poucos segundos.

A nossa interpretação final não deve ser colocada logo no início. Tem de ser sempre primeiro estudada. Só depois poderá ser aprovada e aceite. Podemos fazer as perguntas que entendermos. Sabemos que essa máquina artificial, foi concebida por humanos para nosso exclusivo uso e teremos de interpretar corretamente as suas respostas. São afinal a nossa última interpretação do cosmos e que nos envolve. Ficamos assim, mais preparados para podermos enfrentar as possíveis dúvidas que possamos ter.

O que parecia conflito revelou-se diálogo. O que chamámos queda foi, afinal, passagem. E aquilo que julgávamos, ser o fim, transformou-se em margem, esse lugar onde duas águas se encontram sem perder o nome.

Hoje, ao olhar para trás, não procuramos culpados nem heróis. Procuramos sentido. E ele está lá, discreto, no fio que une todas as contradições que ousámos viver. Está no gesto de aceitar que somos feitos de opostos em permanente construção.

Se este livro deixa uma herança, ela é simples :

Não temas a tua própria *Dualidade*.

Habita-a.

Escuta-a.

É nela que reside o movimento, a escolha e, sobretudo, a possibilidade de inteireza.

Porque ser um, não é negar o outro.

É, finalmente, aprender a ser ambos.

DUALIDADE

António Durval

Índice

PARTE I FUNDAMENTOS DA EXPERIÊNCIA

Há dias sonhei	5
Prologo	7
O inicio da jornada	9
O “Cosmos Exterior”	13
O “Cosmos Interior”	17
PARTE II DUALIDADE	
O eu, os outros e o Resto	27
Ordem e Caos	31
Finitude e Infinito	35

PARTE III – SÍNTESE E TRANSCENDÊNCIA

A sabedoria do povo	41
A herança da experiência	47
Nascemos com a <i>Dualidade</i>	55
Epilogo	57
Índice	61

DUALIDADE

António Durval