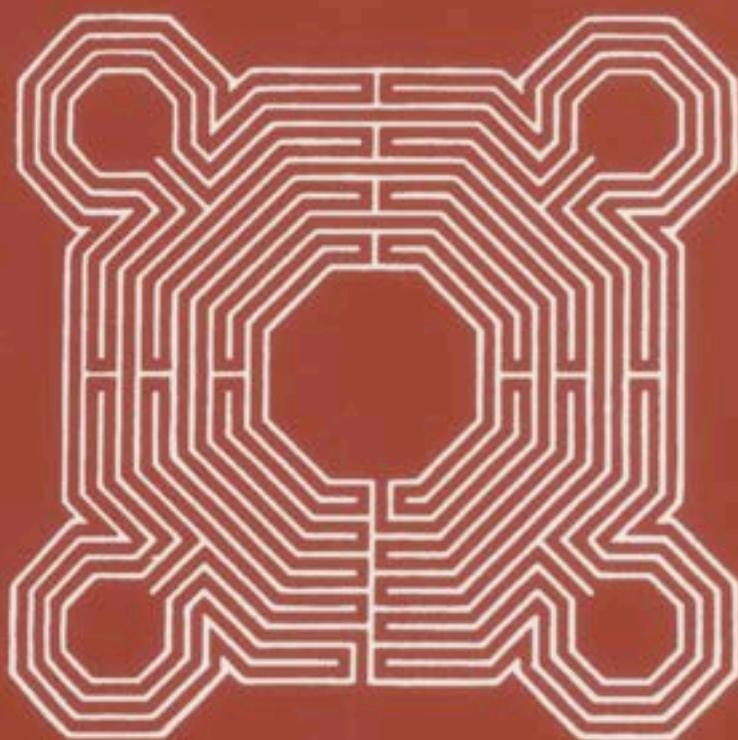


Suleyman Raphael

Os 5 Pilares da Felicidade



**600 segredos para
sua realização pessoal**

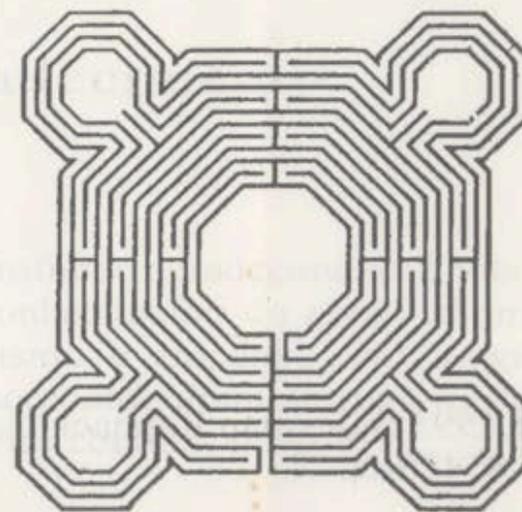
**Ensinos de Mathetés Gurco
Homem de Atenção**

Em 1985, em São Paulo, o médico Suleyman Raphael, após longos anos de procura e indagações sobre a razão de sua existência no planeta, conheceu Mathetés Gurco, em um café de esquina, encontro aparentemente casual, descrito no livro *Diálogos com um Homem de Atenção*.

A partir daí sua vida mudou. Mathetés revelou-se um guia atento, profundo conhecedor tanto do interior do homem como das relações entre os homens. Trouxe mais do que simples respostas às questões essenciais: "Por que existo?", "Qual meu lugar no mundo e no Universo?". Trouxe métodos práticos de trabalho de transformação e desenvolvimento do ser humano. "Utilizamos apenas 10% de nosso potencial mental, emocional e - passem - de relaxamento corpóreo".

Suleyman Raphael

Os 5 Pilares da Felicidade



600 segredos para sua realização pessoal

**Ensinos de Mathetés Gurco
Homem de Atenção**

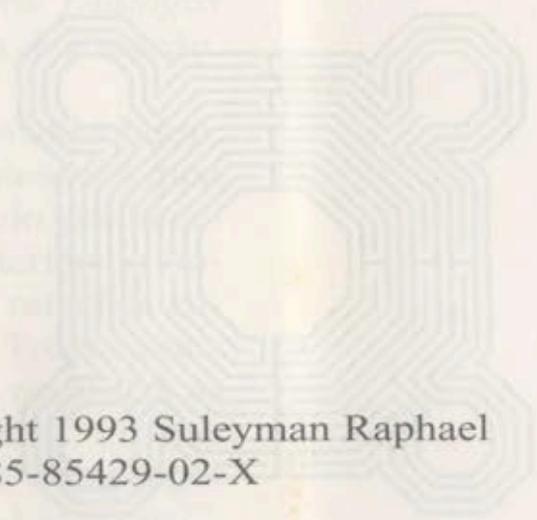
Editora Esoatenca

São Paulo - Brasil

1993

Suleyman Raphael

Os 2 Pilares da Felicidade



© Copyright 1993 Suleyman Raphael
ISBN — 85-85429-02-X

Idealização da capa - Suleyman Raphael
Desenho da capa - Labirinto da Cathedral de Reims
Revisão de texto - Vita P. Mesniks
Fotocomposição - Lexxi Design
Produção Gráfica - Marcelo Menegolli
Impressão - Gráfica Círculo

Pedidos para:
Editora Esoatenca
Caixa Postal 60.010 São Paulo
CEP 05096-970

Introdução

Este livro foi elaborado inicialmente com duas partes, porém devido ao tamanho do trabalho, optamos por dividir o conteúdo em duas partes, a primeira abordando a felicidade e a segunda a realização pessoal.

Agradecimento

Meu profundo agradecimento à Vita P. Mesniks, cujo conhecimento do nosso idioma, devoção, entusiasmo e empenho, em longas horas de trabalho, contribuíram para uma melhor expressão das idéias contidas neste livro.

S.R.

Introdução

Este livro foi elaborado tendo como base cinco pilares ou campos básicos que englobam a maior parte das atividades, interesses e relações do ser humano:

- 1) Família: Compreende pais, filhos, cônjuge, irmãos, parentes próximos.
- 2) Saúde: Abrange disposição física, ritmo de vida, estado energético, atividades físicas, esportes, alimentação, tratamentos, etc.
- 3) Amor: Namoro, casamento, separação, conflitos sentimentais, sexo, paixão, etc.
- 4) Dinheiro e Negócios: Profissão, trabalho, emprego, economia, sorte, jogo, projetos, ambições, gastos, clientes, empresas, empreendimentos, etc.
- 5) Participação no Mundo: Amigos, inimigos, empregados, vizinhos, associações, prazeres, viagens, simpatias, antipatias, obstáculos, responsabilidades, política, posição social, ecologia, lazer, etc.

Dele fluem uma compreensão e uma ajuda que o orientarão nos mais variados problemas de sua

vida. Seu alcance é ilimitado. Porém, não é um livro para ser lido da maneira habitual; é para ser consultado. Ao consultá-lo, você estabelecerá com ele uma relação pessoal, ativa e dinâmica. Com o tempo e o uso, tornar-se-á um amigo sábio e leal, sempre pronto a esclarecer, apoiar e fortalecer, seja qual for o problema que você estiver vivendo.

Como utilizá-lo

1) Prepare 10 cartões e numere-os de 0 a 9. Guarde-os em um lugar reservado, pois só você deve manipulá-los. Se outra pessoa quiser consultar o livro com você, improvise um conjunto para ela.

2) Diante de um problema ou questão, procure formular o mais claramente possível o que o inquieta, se possível na forma de uma pergunta escrita. Por exemplo: "Por que ele (ou ela) está se afastando de mim?" ou "Por que meu novo projeto de trabalho não está funcionando?"

3) Com uma formulação mais ou menos precisa de seu problema, procure concentrar-se em um ambiente de tranqüilidade e sorteie um cartão. Anote o algarismo e devolva o cartão ao conjunto. Faça a seguir um segundo sorteio e anote o novo algarismo ao lado do primeiro. Você terá obtido um número de 01 a 100. O número 100 é obtido por dois sorteios do cartão 0.

4) Localize no livro o aforismo correspondente ao número sorteado.

5) Procure o comentário no item referente à questão que motivou sua consulta. Por exemplo, se a pergunta for relativa a uma questão amorosa, consulte *Amor*; se relativa ao trabalho, consulte *Dinheiro e Negócios*. Se o seu problema não for facilmente identificável com nenhum dos títulos, decida você mesmo sob qual abrigá-lo.

6) Leia também os outros quatro tópicos, pois isso aprofundará sua compreensão da resposta que o livro lhe deu.

7) Deixe impregnar-se pelo conteúdo do que você leu e viva a extraordinária magia contida neste autêntico livro-oráculo.

Prólogo

No inverno de 1992, Mathetés buscou retiro nas montanhas entre São Paulo e Minas Gerais, local privilegiado segundo ele, pois a quase dois mil metros de altitude, era como se estivesse mais próximo do Criador. Dizia que em certas escarpas, quando não havia ninguém nas redondezas, conseguia captar sons e cores não percebidas em nenhum outro lugar. “Somos como um aparelho de televisão, que pode receber imagens e sons das regiões mais altas do Universo, mas em nosso estado habitual de dispersão, captamos apenas as ondas de nosso ambiente mais próximo”.

Seu objetivo era estar só por algumas semanas, meditando e praticando exercícios de Atenção, para alcançar um estado de receptividade tal que a inspiração do Alto o atingisse diretamente. Buscava-a com o intuito de ajudar um número maior de pessoas, não apenas aquele pequeno círculo de discípulos que trabalhavam junto a ele.

Ao retornar, trazia consigo 100 “pepitas de ouro” em forma de aforismos, verdades universais, irrefutáveis, surgidas e formuladas em sua mente silenciosa. Primeiramente, pediu que alguns de nós trabalhássemos a forma final dos aforismos. Ensinou que as palavras devem ter o poder e a competência de expressar com rigor as idéias mais elevadas e profundas. Depois de muito esforço e dedicação, conseguimos chegar

formulação correta. Espírito e matéria fundiam-se num só todo. Ao lê-los, conseguíamos perceber a musicalidade de cada um.

Mathetés aprovou o trabalho e imediatamente deu um segundo passo: para que os aforismos pudessem ter uma utilidade prática na vida de qualquer pessoa, fazia-se necessário comentá-los em cinco direções diferentes, calcadas nos elementos - conhecidos desde a antiguidade - que formam o Universo manifesto: terra, água, fogo e ar. A esses quatro acrescentou um quinto: o éter (ou espaço), do qual todos os outros originam-se, a quintessência ao redor e no fundo de toda matéria manifesta e que, por ser invisível e impalpável, não é considerado um elemento.

Associou esses elementos aos cinco pilares básicos que compreendem as atividades e relações estabelecidas pelo ser humano em seu dia-a-dia: família (terra); saúde (água); amor (fogo); dinheiro e negócios (ar); participação no mundo (éter). Não explicou o que o levou a essa associação: que cada um descobrisse por si só.

Isso posto, paciente e didaticamente passou a interpretar e a desenvolver os aforismos um a um, esclarecendo que comentava apenas alguns dos ângulos que estes permitiam desenvolver. Por serem verdades transcendentais, - dizia - propiciavam muitas outras colocações, além das propostas. “Os comentários tornam os aforismos práticos, pois são como sementes ávidas por germinar. Quando penetram no cérebro de quem se interessa, excitam regiões dormentes e desper-

tam células inativas, provocando uma revolução interior e proporcionando novas compreensões dentro de cada um dos pilares fundamentais da vida”. De pronto pudemos perceber a veracidade dessa afirmação: cada comentário descortinava para nós um mundo de compreensões e novas visões da realidade. Passamos a apreender e a sentir a grandeza das idéias contidas nos aforismos e em seus desdobramentos.

Mathetés alertou-nos no sentido de não nos deixarmos mistificar pelos termos amor, saúde e outros, pois o importante era traduzi-los para os diferentes aspectos de nosso cotidiano. “Para ser feliz e encontrar seu verdadeiro lugar no mundo, o homem precisa aprender a equilibrar esses pilares. Existem pessoas que se saem bem num ou noutro, mas fracassam num terceiro. E, no entanto, todos são importantes: de que adianta sermos bem sucedidos financeiramente, se somos carrascos ou fracos com nossa família; se nossa saúde deixa a desejar; se somos frustrados ou dependentes em nossos amores; se em nossa relação com o mundo as pessoas nos detestam ou ignoram e os acontecimentos nos atropelam? Temos o poder e o dever de harmonizar esses pilares, não importam idade, sexo, posição social, receios, concepções, angústias. O ser humano está no planeta para conhecer, trabalhar e harmonizar conscientemente os cinco pilares”.

Mathetés brincou, dizendo que esse livro seria um “guru de bolso” e o praticante deveria tê-lo sempre consigo para consulta. Propôs ainda

que não fosse lido da maneira habitual, pois é difícil pôr em prática aquilo que lemos de uma só vez. Para torná-lo eficaz e lúdico, sugeriu que os aforismos fossem sorteados, o que por si só já dirá muito ao interessado.

Para terminar, exortou-nos a tomar os aforismos e seus comentários como um ponto de partida para a nossa própria compreensão e não como um meio mecânico de resolver problemas. "Os aforismos não visam adivinhação: clamam por compreensão. Deixe-os trabalharem ativamente em seu cérebro, espalhem-se por suas emoções e por seu corpo. Assim, novas e ricas possibilidades se abrirão para torná-lo mais feliz e tornar mais feliz o mundo à sua volta".



Família

Fique sempre mesmo quando tudo estiver bem. A vida não será feita de eventos perfeitos no momento certo.

Saúde

Quando estamos bem de saúde, formamos nos desculpamos, passamos energia em excessos julgando nos ser o melhor de quem o mundo precisa. Quando a saúde diminui, nos preocupamos de mais.

Aforismos

Amor

O amor é instável. Parece os olhos de uma criança no início e não deixa que se acostume com ninguém por um tempo sem retorno.

Diabete e Negócios

Empreenda de que sucesso e fracasso são duas faces da mesma moeda. Balança pelo sucesso, esqueceremos o fracasso. E vice-versa.

01

Preveja o refluxo
antes que a maré atinja o ápice.

Família

Fique atento mesmo quando tudo estiver bem. Assim, poderá detectar eventuais problemas no nascedouro.

Saúde

Quando estamos bem de saúde, tornamo-nos descuidados, gastamos energia em excesso, julgamo-nos invulneráveis, esquecidos de que o descuido, o excesso e a pretensa invulnerabilidade diminuem nossas defesas.

Amor

O amor é instável. Perceba os sinais de uma crise no início e não deixe que os acontecimentos atinjam um ponto sem retorno.

Dinheiro e Negócios

Lembre-se de que sucesso e fracasso são duas faces da mesma moeda. Bafejados pelo sucesso, esquecemos o fracasso. E vice-versa.

Participação no Mundo

Nenhuma situação exterior de progresso ou estagnação perdura, pois o vento não sopra permanentemente na mesma direção. Esteja preparado para mudanças.

Não se inquiete pelo futuro.
Lute pelo presente que é o futuro em formação.

Família

As pessoas que amamos seguirão inexoravelmente suas inclinações. Assim, não sofra com expectativas fantasiosas. Ajude-as desprendidamente a ganhar solidez e base *agora*, e no futuro, o que tiver que ser, será.

Saúde

Não se perca em fantasias sobre males que poderão acometê-lo, pois isso afeta negativamente a química de seu organismo. Cuide o melhor possível dele *hoje* e despreocupe-se do amanhã.

Amor

A inquietação com o futuro do amor que estamos vivendo pode ocasionar sua perda. Se conseguirmos reduzi-la, certamente sofreremos menos e agrediremos menos o outro.

Dinheiro e Negócios

Preocupar-se desgasta, cansa e faz sofrer. Trabalhe seriamente, fazendo da melhor forma possível o que depende de você, e seus projetos terão mais chance de realizar-se.

Participação no Mundo

Para ser bem sucedido em suas relações com o mundo, trabalhe paciente e diligentemente *hoje*. Assim, estará semeando o terreno e criando condições para o crescimento da árvore cujo fruto mais doce é o sucesso.

03

Tão importante quanto a paisagem é o olho que a vê.

Família

Os membros de uma família formam um quadro em que todos são personagens. No entanto, cada um tem a capacidade de desprender-se do mesmo e tornar-se espectador, podendo assim avaliar, compreender, apreciar e até melhorá-lo.

Saúde

Desfrute e participe da vida como quiser e puder, mas não negligencie sua integridade e bem-estar orgânicos. Uma saúde débil subtrai sabor à vida.

Amor

Para aquele que ama, a pessoa amada é a mais bela paisagem do mundo. Assim, a arte de amar exige equilíbrio entre a capacidade de fusão com o outro e a possibilidade de destacamento. Sem destacamento, não existe aquele que admira.

Dinheiro e Negócios

Tudo o que fazemos ou empreendemos pode ser arte. Seja ao mesmo tempo o artista que executa e o espectador que admira. O sentimento que nasce dessa postura é uma das manifestações da felicidade.

Participação no Mundo

No fundo de nosso ser, alguma coisa há que sabe se estamos agindo da forma justa. Esse algo é o mais fino e exigente dos espectadores. Assim, peça-lhe que olhe para sua maneira de participar do mundo, pois além de observar, ele compreende e sabe sugerir caminhos de transformação.

Amor

A escada que desce é a mesma que sobe.

Família

Nossa família está sujeita a altos e baixos. Mesmo quando os acontecimentos forem penosos, não permita que o sofrimento destrua a esperança e a força de lutar por momentos melhores. Muitas vezes, o sofrimento nos atinge para fazer-nos subir a um patamar mais humano, generoso e menos egocêntrico.

Saúde

Muitas pessoas frágeis e enfermas na infância interessaram-se por reverter essa situação, tendo-se tornado exemplos de bem-estar, disposição e longevidade. Elas nos ensinam que sempre é possível transformar desvantagem em vantagem.

Amor

Assim como há dia e noite, há alegria e tristeza. Nós, em nossa miopia, é que insistimos em esperar apenas alegria da pessoa amada.

Dinheiro e Negócios

Quando nossos empreendimentos estão em uma escalada de sucesso, ficamos entusiasmados, o que é compreensível. Quando decaem, ficamos abatidos, o que também é compreensível. É pena não nos apercebermos de que tanto num caso como noutro a mãe-terra está sempre generosamente nos sustentando e apoiando em nossos movimentos; sobre ela caímos e dela nos erguemos.

Participação no Mundo

O marinheiro segue seu caminho na maré alta ou baixa, pois sabe que o movimento das marés é próprio do oceano. Aprendamos com ele a seguir nosso caminho de altos e baixos, pois estes são próprios da vida.

05

Eu estou onde está minha Atenção.
A Atenção é a força mais poderosa do Universo e a mais dispersa no ser humano.

Família

Seus familiares esperam muito de você, mas o que realmente desejam é sua Atenção.

Saúde

Esteja atento para perceber o que beneficia e o que prejudica sua saúde.

Amor

A desatenção é a maior inimiga do amor.

Dinheiro e Negócios

Sorte, dinheiro e sucesso não combinam com desatenção.

Participação no Mundo

O mundo é um campo imenso e maravilhoso, porém cheio de armadilhas. A Atenção permite-nos desfrutar o bem e protege-nos do mal.

O Homem de Atenção procura sempre cravar suas flechas no ser, no saber e no amar.

Família

Os membros de sua família estão basicamente à procura de uma maneira própria de existir (não os cerceie); de informações para atingir o sucesso (ajude-os a obtê-las); de afeto para sua realização pessoal (abra seu coração para eles).

Saúde

Se desenvolvermos um interesse genuíno pelo funcionamento e necessidades de nosso corpo, passaremos a respeitá-lo, conhecê-lo e amá-lo como o “templo de Deus”. Daí nascerá uma relação de bem-estar entre nós e ele.

Amor

As flechas de Eros dão-nos novo alento e visam intensificar nossas impressões, oferecer-nos novas visões sobre o mundo e abrir nosso peito para sentimentos pungentes que nos afastem de nosso egoísmo.

Dinheiro e Negócios

Há três condições básicas para o sucesso nos empreendimentos: oferecer apenas o que tem substância e valor; atuar oportuna e adequadamente; dedicar-se com garra e coração.

Participação no Mundo

Participar do mundo é uma dádiva; compreender o jogo que nele se desenrola, um privilégio. Se você conseguir também amá-lo, estará colaborando para torná-lo melhor.

Saúde

Se desenvolvemos um interesse genuíno pelo funcionamento e necessidades de nosso corpo, passamos a respeitá-lo, cuidá-lo e amá-lo como o "templo de Deus". Daí nasce uma relação de bem-estar entre nós e ele.

Amor

As flechas de Eros dão-nos novo alento e visam intensificar nossas impressões, orientando-nas em sua visão sobre o mundo e sobre nós mesmos para sentimentos puros que nos elevam de novo ao topo.

O sono profundo é um mergulho no desconhecido, que não tem nome nem forma e, no entanto, nos torna felizes e nos refaz.

Família

Quando dormimos esquecemos de tudo, inclusive dos familiares que tanto amamos. Ao acordar, integramo-nos novamente a eles. Este fato nos ensina que os parentes são nossos e não o são; que temos uma vida juntos e outra separados. Se formos sensíveis a esta percepção, aprenderemos um dos grandes segredos da felicidade: não tyrannizar e não se deixar tyrannizar pela família.

Saúde

Quanto mais nos desapegarmos de nossos conceitos, atuações e atividades rotineiras, mais profundo será nosso sono; quanto mais profundo ele for, melhores serão os efeitos do trabalho silencioso que a mãe-natureza efetua em nós todas as noites.

Amor

Como o sono, o orgasmo é um mergulho na amplidão do desconhecido e aproxima-nos do sagrado. Quando regressar às mesquinhas da relação amorosa, lembre-se de que a vocação essencial do amor é conduzir-nos à plenitude.

Dinheiro e Negócios

Leve a sério seus negócios e ao mesmo tempo não leve a sério seus negócios. Contradição? Não, apenas o que a natureza ensina: de manhã, ao acordarmos, faz-nos lembrar de nossas obrigações; à noite, ao adormecermos, faz-nos esquecê-las. Lembrar e esquecer, levar e não levar a sério: o equilíbrio entre esses dois pólos é um dos segredos da felicidade.

Participação no Mundo

As relações humanas são tingidas pela vaidade, presunção e defesa de nossa auto-imagem. Quando dormimos, no entanto, ficamos felizes por esquecer tudo isso. O inferno do homem reside no egocentrismo, e as portas do paraíso abrem-se para quem dele se afasta.

08

É o mental, sede do ego,
que nos torna preocupados e infelizes.

Família

O mental é excelente servo e péssimo amo. Utilize-o a serviço de sua família: faça-o pensar, planejar, prever, avaliar, esclarecer e daí por diante. Entretanto, contenha sua tendência a criar apreensões fantasiosas que possam dominar sua vida.

Saúde

O mental abriga conceitos e rótulos sobre o corpo que acabam por formar barreiras a um contato direto entre nós e nosso corpo. O contato direto permite-nos exercitar a arte e a ciência de escutá-lo e instaura em nós uma nova qualidade de saúde.

Amor

O amor pertence ao universo do sentimento. O mental deve colaborar com este universo compreendendo-o. Quando não o compreende, torna-se seu carrasco.

Dinheiro e Negócios

Em seus empreendimentos, deixe-se guiar por um mental claro, bem informado e analítico, pois este constitui uma base sólida para o sucesso. Lute contra um confuso, fantasioso e que se deixa levar pelas opiniões em voga no momento: este o levará ao fracasso.

Participação no Mundo

Juntamente com o sentimento e a ação, o mental forma um triângulo através do qual nos comunicamos com o mundo. Se cultivarmos um mental passivo, confuso e fantasioso, nossa maneira de sentir e atuar será de baixa qualidade. Se, ao contrário, exigirmos que se ative e assimile idéias justas e criativas, nossa contribuição para a comunidade será de valor.

O passado é apenas uma lembrança.
O futuro está à frente.
Só o *agora* é alimento abençoado.

Família

Na vida em família, o registro de experiências passadas é valioso e necessário, porém não devemos permitir que envenene o presente. Da mesma forma, embora seja necessário refletir sobre o que está por vir, não devemos sofrer por antecipação. Nesse sentido, podemos aprender da fome, que não pode ser saciada nem com a refeição de ontem nem com a de amanhã: só a de hoje a satisfaz. Similarmente, só o *agora* alimenta de fato.

Saúde

Tome consciência *agora* dos erros que cometeu com seu organismo no passado para não repeti-los no futuro.

Amor

O amor é exigente e seletivo na escolha dos alimentos que o nutrem: rejeita tanto o que foi feito meses atrás, quanto o que ainda não foi plantado. Nutre-se apenas do que está sendo preparado *agora*.

Dinheiro e Negócios

O *agora* é uma encruzilhada onde se encontram as ruas do passado e do futuro, as primeiras prontas, as outras sendo construídas. Do *agora* você dirige melhor seus negócios.

Participação no Mundo

O aprendiz participa do mundo fincando a cabeça e os pés no *agora*. Se fizermos como ele, nosso passado tornar-se-á uma fonte de compreensão, e nosso futuro, uma abençoada oportunidade de renovação.

10

O inesperado sempre acontece, ao passo que o esperado encontra tantos obstáculos...

Família

A família está em constante mutação, mas nossa rigidez a aprisiona em estreitos padrões de comportamento, na esperança de controlá-la. O inesperado, muitas vezes, desperta-nos dessa tendência ao controle. Aprendamos com ele.

Saúde

Dizemos com freqüência que uma doença veio inesperadamente. Que ingenuidade! A máquina humana é extraordinariamente suscetível ao desarranjo. Cuide seriamente de sua saúde e reserve parte de seus ganhos para uma eventual enfermidade.

Amor

Sem nos darmos conta, transformamos tudo em rotina previsível. Por detestar essa atitude, o amor brinca conosco praticando um jogo doloroso: o jogo da surpresa.

Dinheiro e Negócios

A atitude mais inteligente nos negócios é esperar o inesperado.

Participação no Mundo

Por que tememos tanto o inesperado se ele é inevitável? Esteja preparado, as surpresas virão.

Saúde

Dizemos com frequência que uma doença vem inesperadamente. Que ingenuidade! A medicina humana é extraordinariamente suscetível ao desastre. Cada ser humano de sua saúde e reserva para de seus ganhos para uma eventual enfermidade.

Amor

Sem nos damos conta, transformamos tudo em rotina previsível. Por dentro essa rotina é apaz burocratizada, padronizada em jogos de dados, o jogo da sorte.

O estado de indolência, agitação e balbúrdia do mental impede-nos de captar a essência dos acontecimentos pelos quais passamos.

Família

As provocações da vida expõem nossa família a dúvidas, perplexidades e inquietações. Somente um mental calmo e ativo, capaz de pensar claro e em profundidade, pode orientá-la com segurança.

Saúde

Existem hábitos benéficos e maléficos à saúde. Distingui-los é uma arte que devemos cultivar constantemente e que depende de um mental tranqüilo e perscrutador.

Amor

Quando o mental se encontra repleto de conceitos, expectativas e noções confusas, o coração torna-se tão comprometido que dificilmente é envolvido pelo amor.

Dinheiro e Negócios

O sucesso nos negócios depende da capacidade de captar a essência do que está acontecendo e, a partir dela, traçar uma linha de ação. Esta capacidade, a intuição, é parte do mental e só se manifesta quando este se encontra calmo e perceptivo.

Participação no Mundo

Participar do mundo acarreta incessantes dúvidas e questões. Nosso mental, contudo, ou fica passivo esperando respostas alheias ou perde-se numa agitação febril que o impede de se concentrar na busca de soluções. Ativar e concentrar o mental é decisivo para uma melhor participação no mundo.

12

Perceba que você sonha e estará prestes a acordar.

Família

O sonho caminha em direção oposta à realidade, e partindo de ficção, não proveremos de maneira justa e adequada as necessidades de nossa família.

Saúde

Imersos em sonhos, deixamos de escutar as mensagens do corpo. Emergir desse estado produz uma vitalidade e uma flexibilidade que não desaparecem com o passar dos anos.

Amor

O amor que nos adormece em devaneios é infernal; o que nos empresta sua energia e faz-nos mirar o mundo com um olhar de encantamento é divino.

Dinheiro e Negócios

Libere periodicamente seu mental das preocupações imediatas, com a intenção de que vá perscrutar o futuro de seus negócios. Se persistir nessa prática, resultados concretos advirão, demonstrando que você não estava sonhando o sonho dos tolos, mas o sonho eficaz, outro nome da intuição.

Participação no Mundo

O mundo precisa de nossa contribuição e a melhor maneira de oferecê-la é fazermos nosso trabalho com o máximo de qualidade. Essa qualidade só é atingida quando trabalhamos sem devanear.

13

Alegria e tristeza vêm da mesma fonte.

Família

As relações familiares geram ora alegria ora tristeza. Aprenda a arte de equilibrar esses dois pólos, para não viver numa instabilidade permanente.

Saúde

Euforia e depressão prejudicam a saúde. Aprenda a administrá-las equilibradamente, e sua força e juventude serão melhor preservadas.

Amor

Amar é sentir-se vivo e viver é passar por alegrias e tristezas. Acolha-as igualmente, pois são inerentes ao amor.

Dinheiro e Negócios

Sorte, dinheiro, profissão e negócios contêm necessariamente o agradável e o desagradável e é pueril esperar apenas o agradável. Assim, não se alegre nem entristeça em excesso nem com um nem com outro.

Participação no Mundo

Alegria e tristeza existem em todas as suas relações com o mundo. Não corra avidamente atrás de uma nem fuja desesperadamente da outra, pois onde uma está, também está a outra. Compreenda isso e acolha ambas com serenidade.

14

A Atenção
é mãe da verdadeira inteligência.

Família

A Atenção aos membros de sua família permite a percepção de suas reais necessidades e aspirações.

Saúde

Seu corpo pede que você o escute. Esteja sintonizado, que ele mesmo lhe dirá o que lhe faz bem ou mal.

Amor

Estar aberto e receptivo atrai o outro; elucubrações o afastam.

Dinheiro e Negócios

Compreenda melhor as sutilezas de seus negócios. Atente para os detalhes que normalmente passam despercebidos. Quanto mais atento você estiver, maiores serão suas possibilidades de sucesso.

Participação no Mundo

Se você não enxergar com clareza o que se passa à sua volta, ferirá muitas suscetibilidades e cedo ou tarde colherá os frutos dessa desatenção.

15

Tudo na vida pode ser feito no Silêncio.

Família

Há momentos em família em que o ruído dos conflitos, exigências e disputas torna-se insuportável. Nesses momentos, a prática do silêncio é um bálsamo sem paralelo.

Saúde

As forças que mantêm o funcionamento do nosso organismo executam seu trabalho em silêncio. Se, da mesma forma, praticarmos diariamente instantes de silêncio, estaremos beneficiando nossa saúde.

Amor

No encontro homem-mulher, o som do amor só pode ser ouvido a partir do silêncio.

Dinheiro e Negócios

Como uma semente que precisa do escuro para germinar, há ocasiões em que nossos projetos precisam de resguardo para amadurecer.

Participação no Mundo

As forças que produzem e mantêm a vida no planeta atuam discreta e subterraneamente. Analogamente, devemos tentar perceber que os momentos de silêncio e tranqüilidade melhoram nossa participação no mundo.

16

Para obter respostas justas para as nossas diferentes questões, devemos antes experimentar momentos de Atenção plena, desapegados de nossos conteúdos habituais.

Família

Recuperar a disposição de perguntar perdida na infância é importante para a relação familiar. Quando reconhecemos que há questões a examinar e nos permitimos formulá-las, encontramos um frescor e um encanto que revigoram a relação.

Saúde

Devemos questionar todos os conceitos sobre o que é bom ou mau para a saúde, principalmente se provenientes de modismos recentes, ainda não testados pelo tempo, juiz rigoroso e imparcial.

Amor

O amor é prejudicado pelos conceitos transmitidos através da educação. Não percebendo isso, passamos toda a vida insatisfeitos, acusando Eros de não ser generoso conosco. Se, ao contrário, tivermos a coragem de desapegar-nos dessas noções e cultivarmos uma atitude de abertura, ele achará alguma forma de tocar-nos com seu influxo encantador.

Dinheiro e Negócios

Devemos aprender com as experiências passadas, mas cuidar para que os conceitos delas decorrentes não nos tiranizem; conceitos devem ser referências fluidas e flexíveis.

Participação no Mundo

Os costumes, crenças e hábitos estão em constante mutação. Existe algo que não esteja sob essa lei, que seja permanente? Se nos mantivermos desapegados diante dessa indagação, descobriremos que ela é o princípio da renovação, do crescimento e da plenitude.

17

No Universo, há um esforço constante de retorno à origem. A morte é apenas uma das manifestações desse esforço.

Família

Um organismo que vivesse apenas 24 horas, pensaria que o dia morreu definitivamente na noite. Nós, entretanto, sabemos que não é assim. Reflita sobre isso e talvez fique mais possível acolher a dor da separação.

Saúde

O consumismo confunde nossas necessidades reais e faz-nos esquecer que precisamos de pouco para manter uma boa saúde. Simplifique, volte às origens.

Amor

Na origem, as coisas são puras e simples. Com o passar do tempo, complicam-se e permitem que impurezas passem a habitar nosso coração. O amor que buscamos só poderá chegar quando retornarmos à pureza e à simplicidade.

Dinheiro e Negócios

Todo empreendimento acumula resíduos que um dia poderão causar sua ruína. Faça um esforço constante de depuração, para não ser levado a pagar um preço alto pelo descuido.

Participação no Mundo

Nenhuma de nossas ligações com o mundo é eterna. Se de um lado isto é doloroso, de outro é renovador.

18

O Homem foi criado para ser testemunha de toda a manifestação universal.

Família

Uma família é formada por pai, mãe e filho. Analogamente, num plano mais amplo, o princípio ativo une-se ao passivo e dá origem ao Universo. Contemple sua família sob essa luz e verá que, por ser semelhante ao Universo, ela é admirável e digna de amor.

Saúde

Nosso organismo é um pequeno universo que poluímos, destruimos e tornamos doente. Para reverter essa situação, devemos antes de tudo pousar nele um olhar atento e perceptivo.

Amor

Visto pela ótica da angústia, o amor faz-nos sofrer; visto como a parte mais saborosa do jogo do Universo, ensina-nos a ser felizes.

Dinheiro e Negócios

Negociar nos apaixona e faz sentir vivos, pois é uma das maneiras mais intensas de participarmos do jogo mágico do Universo.

Participação no Mundo

Ao transitar pelos caminhos do mundo, aborrecemo-nos com os defeitos de suas ruas e avenidas e deixamos de mirá-lo como deveríamos: com um olhar de encantamento.

O mundo harmoniza-se quando o céu toca a terra tendo o homem como intermediário.

Família

Pai e mãe são os pilares da família. Se, apesar das dificuldades, unem-se em torno de um ideal, esta se harmoniza, tornando-se fonte de felicidade para seus membros e para a sociedade.

Saúde

Aprenda a escutar seu corpo, que ele lhe dirá o que lhe faz bem ou mal. Ao sintonizar-se com ele, você está beneficiando sua saúde.

Amor

Homem e mulher harmonizam-se quando o amor existe como intermediário.

Dinheiro e Negócios

Para que um negócio seja bom, ambas as partes devem ganhar. Para que ambas as partes ganhem, é necessária uma atitude justa na negociação.

Participação no Mundo

Da união do cérebro e das paixões num todo harmônico resulta uma participação no mundo mais justa e eficaz.

20

Aquilo que em nós sempre existiu
nunca morrerá.

Família

Vemos nossos familiares como seres frágeis, perdidos em ações, pensamentos e emoções, quando deveríamos vê-los como indivíduos que manifestam a eternidade.

Saúde

Quando sua saúde está em crise, viva a intuição de que algo em você, embora condicionado pelo corpo, vai além dele.

Amor

Conhecemos apenas o amor fruto da desarmonia entre mente, emoção e corpo. Algumas vezes, porém, pressentimos, entre encantados e assustados, um amor desconhecido, nascido de uma profundidade que parece ter sempre existido.

Dinheiro e Negócios

Se você encontrar a calma nos momentos em que tudo parece desmoronar, descobrirá que algo há em você que nada nem ninguém poderá destruir.

Participação no Mundo

Olhe para o mundo e verá que tudo está fadado a desaparecer. Haverá algo permanente? Não tema colocar-se diante dessa pergunta, pois ela é fruto daquilo que sempre existiu e nunca morrerá.

21

A perfeição não é um estado celestial que exclui a imperfeição; é antes um estado em que erros e acertos coexistem de forma harmônica.

Família

As pessoas de sua família não têm apenas qualidades, têm defeitos também. Compreendendo isso, você poderá ajudá-las a encontrar a harmonia.

Saúde

O estado de nossa saúde não é sempre o mesmo, pois a cada dia nosso organismo se adapta ao ambiente exterior e interior. A melhor forma de ajudá-lo nessa salutar tarefa é não perturbá-lo.

Amor

O amor permite o surgimento de um novo olhar que engloba os defeitos e qualidades da pessoa amada.

Dinheiro e Negócios

Não se pode acertar sempre: você necessariamente cometerá erros. Não se deixe, porém, abater por eles: lute para que não sejam fatais.

Participação no Mundo

Errar é inevitável. Se você aceitar esse fato, poderá aprender de seus erros e talvez passe a cometê-los em menor número.

22

Você é sempre muito mais do que imagina ser.

Família

Classificamos os membros de nossa família por um nome e algumas características, julgando assim conhecê-los. Esse julgamento sumário às vezes nos surpreende, já que as imensas possibilidades inerentes ao ser afloram a qualquer momento e podem reservar-nos surpresas chocantes.

Saúde

Nosso corpo é feito à imagem e semelhança do Universo e é sua mais perfeita síntese: tudo o que há no Universo há no corpo humano, e o que não existe neste, não existe em parte alguma daquele.

Amor

Eros é simbolizado por um arqueiro irreverente, surgido não se sabe de onde para surpreender-nos e, muitas vezes, desordenar nossa vida. Que ingenuidade! Quão pouco nos conhecemos! Eros é o tecelão que tece o tapete de nosso ser: Eros somos nós mesmos.

Dinheiro e Negócios

Muitas vezes respondemos à pergunta “O que você faz?” com “Sou isso” ou “Faço aquilo”, confundindo o que somos com nossa profissão. Felizmente para nós, somos muito mais do que a atividade que exercemos: somos um leque de possibilidades.

Participação no Mundo

Às vezes, nossa vida sofre uma reviravolta, fazendo-nos perder status e posição. Para muitos, isto significa o fim; para outros, pode ser a descoberta de que têm dentro de si recursos e capacidades não imaginadas. Por isso, expressões como “Não sou capaz”, “Não tenho jeito para isso” devem ser evitadas.

23

Alegria e tristeza trabalhadas interiormente podem transformar-se em beatitude.

Família

Se tanto nos momentos de alegria quanto nos de tristeza você se mantiver sólido, sua família se sentirá protegida.

Saúde

A energia do corpo não é sempre a mesma. Não se entusiasme quando ela estiver vibrante nem se abata quando não estiver. A equidistância traz a plenitude.

Amor

Alegria e tristeza caminham de mãos dadas e fazem parte da relação amorosa. Não se fascine por uma nem fuja da outra. Assim, aumentará sua possibilidade de ser feliz e poderá ofertar parte dessa felicidade ao outro.

Dinheiro e Negócios

Sucesso e fracasso nos negócios são como as rodas de uma bicicleta: exigem que aprendamos a nos equilibrar sobre elas. Quando aprendemos, no entanto, pedalar torna-se uma experiência fascinante.

Participação no Mundo

Alegria e tristeza são inseparáveis e estão sempre à espreita. Não seja um brinquete entre uma e outra e tente transformar qualquer acontecimento em uma alavanca de crescimento.

24

O desapego faz aflorarem a paz e o silêncio.

Família

Tente praticar o desapego com os membros de sua família. Não é fácil, mas a simples tentativa trará benefícios incontáveis.

Saúde

O excesso de apego é um veneno que interfere na química de seu organismo e mina sua saúde.

Amor

O desapego é impossível para um amor apaixonado; é possível para o amor consciente.

Dinheiro e Negócios

É difícil desapegar-se do ganho e da perda e, no entanto, o apego nos tiraniza. Comece a praticar o desapego em pequenas coisas, e as grandes virão naturalmente.

Participação no Mundo

É nossa voracidade em relação ao mundo que nos move e motiva. Porém, para alcançarmos a paz e o contentamento, devemos cultivar o desapego em relação a essa voracidade.

A verdadeira ajuda nos chega quando não ansiamos mais por nenhuma ajuda.

Família

Nos momentos de crise em família, o desespero impede-nos de perceber de onde pode vir a ajuda. Tranqüilize-se e tenha confiança, que ela virá, com certeza.

Saúde

A ansiedade dificulta a circulação da seiva da vida por seu organismo. Sempre que ela o ameaçar, relaxe e deixe que o fluir da seiva o revigore.

Amor

A ansiedade frente ao ser amado impede que Eros revele seu esplendor e nos brinde com seu encanto.

Dinheiro e Negócios

É justo ter metas definidas e persegui-las tenazmente. Não é justo, porém, acolher uma ansiedade desmedida que impede soluções adequadas de brotarem no momento oportuno.

Participação no Mundo

Se sua lucidez não estiver ofuscada pelo egoísmo, será fácil perceber que o sentido básico e belo de toda e qualquer relação com o mundo é a ajuda mútua.

Busque a prevenção,
muito mais inteligente que o remédio.

Família

Se você detectar os problemas de seus familiares no nascedouro, terá melhores condições de orientá-los na solução.

Saúde

Sintonize-se com seu corpo diariamente. Esta prática dar-lhe-á aquela sensibilidade misteriosa que permite a descoberta de eventuais males no início.

Amor

Para que a relação amorosa floresça, é preciso enxergar os pequenos erros e corrigi-los prontamente. Se não o fizermos, estes transformar-se-ão em obstáculos intransponíveis.

Dinheiro e Negócios

Desvios e erros ocorrem obrigatoriamente. Se você, contudo, conseguir detectá-los no início, suas possibilidades de corrigi-los aumentarão.

Participação no Mundo

Os fatos da vida são como sementes. Se você estiver alerta, poderá prever e acautelar-se contra aqueles que originarão ervas daninhas.

A guerra é uma manifestação externa de um estado interior caótico.

Para alcançarmos a paz é necessário primeiro harmonizar esse caos.

Família

Há famílias que vivem em um estado de guerra permanente. Esta lamentável situação só poderá ser contra-atacada se os elementos mais responsáveis da família compreenderem que o conflito está neles. A partir deste reconhecimento, poderão tentar o essencial: mudar a si mesmos.

Saúde

Viver constantemente agredindo tudo e todos é verter incessantemente poluentes no rio de vida que atravessa nosso organismo.

Amor

A violência é fruto de um estado interior de infelicidade. Assim, é importante buscarmos pequenos gestos de amor, acolhimento, simpatia e calor humano, que atuam como antídoto contra o veneno do rancor que circula entre nós seres humanos.

Dinheiro e Negócios

Seja qual for seu negócio, pergunte-se sempre se você está atuando de forma justa. Mesmo não encontrando respostas definitivas, não deixe jamais de se questionar. Com isso, sua atuação será mais generosa e benéfica.

Participação no Mundo

Em nossa relação com o mundo estamos sujeitos à “lei do bumerangue”: recebemos de volta exatamente aquilo que emitimos. Assim, se formos violentos e agressivos internamente, o mundo nos declarará guerra; se cultivarmos uma disposição interna enérgica, mas ao mesmo tempo calorosa e compreensiva, ele nos brindará com o que tem de melhor. Desta lei ninguém escapa, mas podemos escolher o que queremos de volta.

28

O lótus branco e imaculado
nasce no pântano negro e sombrio.

Família

A mãe-terra, em sua inesgotável generosidade, paciência e humildade, prepara subterrânea e invisivelmente a variedade imensa de flores e frutos que nos oferece. Da mesma maneira, a família deve constituir-se num núcleo em que o esforço incansável de seus membros seja no sentido de produzir seres humanos melhores e mais belos.

Saúde

O bem-estar orgânico, como uma flor, é o resultado final do trabalho dedicado, perfeito, discreto e incansável dos bilhões de células anônimas que constituem nosso corpo. Quão digno de respeito e gratidão é este trabalho feito para nós nas sombras! A partir dessa observação, comecemos a reverenciar a vida que opera em nós e a percebê-la como sagrada.

Amor

A flor magnífica que é o amor não surge nem se desenvolve gratuitamente, como muitas vezes acreditamos. Para que as setas de Eros não degenerem em espinhos, mas transformem-se em um néctar nutritivo, os envolvidos no processo amoroso devem realizar um trabalho invisível, em que o não-egoísmo ajuda a humildade, que ajuda a compreensão, que ajuda a tolerância e assim por diante.

Dinheiro e Negócios

Quando o sucesso sorri para alguém, temos a tendência de esquecer o esforço árduo, paciente, perseverante e corajoso que o precedeu. Vemos o fruto e esquecemos as raízes.

Participação no Mundo

Sob a superfície terrestre, invisível a nossos olhos, circula a fantástica energia que chamamos fertilidade. Toda a intensa vida que se manifesta em nosso planeta é filha dela que, entretanto, se mantém escondida e subterrânea. Na verdade, está-nos ensinando uma lição importante: toda realização humana de qualidade tem por sustentáculo uma força sólida, generosa, criativa e ao mesmo tempo humilde e discreta. Em outros termos: por trás do que aparece, há todo um trabalho que não aparece.

29

O trabalho do homem no planeta é transformar o fogo interno devorador em chama restauradora.

Família

Família é lar, lareira, fogo. Cuide para que em seu lar reine um calor envolvente e acolhedor.

Saúde

A energia da vida é o fogo que faz o mundo mover-se. Contudo, ela debilita e esgota quem se deixa consumir tolamente.

Amor

Muitas vezes o amor assume a forma de paixão cega, agressiva e destrutiva. Foi-nos concedido, porém, o dom de transformar essa paixão em amor lúcido, doce e construtivo.

Dinheiro e Negócios

Garra, empenho e ardor devem ser utilizados na medida justa. Sua falta ou excesso podem levar ao fracasso.

Participação no Mundo

O mundo atíça seu fogo interno visando esgotá-lo. Se você não souber preservá-lo, será fatalmente consumido.

30

Apenas os sonhos provindos de um mental alvoroçado podem perturbar a felicidade de um sono profundo.

Família

Nosso mental vive alvoroçado, o que diminui a lucidez do cérebro impedido-o de executar bem suas funções. Quando compreendemos este ponto, descobrimos que a maior parte dos problemas de nossos familiares - e os de qualquer ser humano - são meras criações deste alvoroço: tranquilize seu mental e os problemas diminuirão.

Saúde

Dormir bem, um dos requisitos básicos da boa saúde, requer que aquietemos - e não alimentemos - o alvoroço mental que nos acomete quando tentamos adormecer.

Amor

O amor é poderoso e comovente, mas ao mesmo tempo sutil e ardiloso. Assim, a maioria de nós o confunde com a paixão, mistura de desejo, insatisfação e avidez. O amor amplia e premia com uma felicidade profunda; a paixão ilude-nos com um alvoroço vulcânico - o caminho mais curto para toda sorte de infelicidade e sofrimento.

Dinheiro e Negócios

Diariamente, por cinco minutos, apazigúe o alvoroço do seu mental e a partir do estado de limpidez resultante busque uma visão global de como estão se desenvolvendo seus negócios.

Participação no Mundo

A qualidade do mental de cada um de nós é decisiva para a qualidade do mundo: mentais alvoroçados produzem confusão, caos, conflito, violência e guerra. Mentais tranqüilos levam ao discernimento, equilíbrio, ponderação e verdade.

31

Ser e tornar feliz
são as duas faces do amor.

Família

As condições materiais de uma família são muito importantes para seu bem-estar, mas só a presença misteriosa do amor faz dela uma ilha de felicidade em um mundo hostil.

Saúde

Lembrar-se de sorrir é um começo de felicidade: revitaliza seu organismo e encanta as pessoas a seu redor.

Amor

Ser e tornar feliz são as duas faces do amor.

Dinheiro e Negócios

A sorte que temos, o dinheiro que ganhamos, o jogo que vencemos só terão o sabor justo e a grandeza necessária se não formos os únicos beneficiados.

Participação no Mundo

Se você estiver transitando pelo mundo com uma atitude de desfrute egoísta, logo estará perdido no beco de sua pequenez. Busque ampliar-se: abra seu coração para gostar das pessoas e deste lindo planeta que habitamos.

32

A expectativa nos perturba mais do que os próprios acontecimentos.

Família

Alimentar expectativas sobre pessoas e acontecimentos que envolvem nossa família é humano, mas é preciso percebermos que elas nos tiranizam e nos tornam tiranos. Quando percebemos esse processo, podemos enfrentá-lo e assim diminuir seus efeitos maléficos sobre a vida familiar.

Saúde

Expectativas são forças psíquicas com enorme capacidade de causar-nos sofrimento. Cuide para que estas forças não arruinem sua saúde.

Dinheiro e Negócios

Se um ator ou esportista dividir-se entre o que está fazendo e a preocupação pela reação da crítica, certamente verá seu desempenho comprometido. Da mesma forma, ao invés de preocupar-se com o porvir de seus negócios, execute seu trabalho em todos os momentos com a maior qualidade possível. Empenhe-se - mas não se angustie.

Participação no Mundo

As metas que estabelecemos em nossa vida são fundamentais, pois nos guiam e fortalecem nos momentos de dificuldade. Porém, é fundamental evitar que essas metas se transformem em expectativas angustiadas que nos desanimam e desesperam.

33

Tudo no Universo faz-se em três.
Um ou dois são insuficientes.

Família

Para ser um campo fértil, a família deve assentar-se sobre um homem e uma mulher que encarnem com gosto o sol e a lua que simbolizam. Se, porém, entre eles não existir uma terceira força, o afeto, os frutos nascidos nesse campo não serão doces.

Saúde

Sua saúde depende de três fatores: o que se passa em sua mente, o estado de suas emoções e como você trata seu corpo.

Amor

Quando nada de qualidade ocorre entre um homem e uma mulher é porque aquele calor mágico que chamamos de *amor* não está presente.

Dinheiro e Negócios

Quando seus esforços para alcançar uma meta encontram uma força opositora de igual intensidade, seu negócio está fadado à estagnação. Invoque então um terceiro poder, a criatividade, que formará com os outros dois um triângulo evolutivo.

Participação no Mundo

Em seu contato com os outros, não pense somente no binômio *eu/o outro*, mas perceba também o que há *entre* vocês. O binômio restringe-se a duas dimensões; com a percepção da força atuante na relação, você cria o espaço ilimitado da terceira dimensão.

O mundo é uma caixa de surpresas que a cada instante lhe oferece novas possibilidades. Esteja atento para não desperdiçá-las.

Família

Duas forças opostas devem harmonizar-se em uma família: dinamismo para responder a novos desafios e estabilidade para preservar o núcleo. Cabe ao chefe da família conciliá-las, de modo que as incontáveis oportunidades que a vida oferece possam fazer a família evoluir sem desagregar-se.

Saúde

Um organismo estático é uma impossibilidade na natureza, pois clima, alimentação e outros fatores provocam alterações. Se você estiver aberto e vivamente interessado na manutenção do bem-estar de seu corpo, aprenderá naturalmente a desviar os fatores maléficos e a acolher os benéficos, tornando-se um bom administrador do “templo de Deus”.

Amor

Raras pessoas admitem que compreendem pouco o namoro, o amor e o sexo e que quase nada viveram deles. A maioria de nós tenta passar por perito, o que é uma lástima, pois só com despreensão e humildade essas três fontes de encanto revelarão as maravilhas que têm a oferecer.

Dinheiro e Negócios

Como uma paisagem de dunas, o mundo muda constantemente seus contornos. Para nos adaptarmos a essas transformações, é preciso estarmos estáveis e vigilantes em meio à movimentação.

Participação no Mundo

O status que usufruímos é impermanente: quem é rei hoje pode ser escravo amanhã, e quem colhe aplausos agora pode ser vaiado daqui a pouco. Assim, miremo-nos no exemplo do pinheiro cujas raízes e tronco são firmes, mas os ramos, flexíveis. Quando o peso da neve torna-se excessivo, os ramos vergam-se para permitir que ela caia e, uma vez livres, voltam a seu lugar.

35

O mundo seria belo, não fora o que se interpõe entre nós e ele.

Família

Os elos que unem os membros de uma família geralmente são marcados por expectativas, imposições e mágoas. Apenas quando estas abrandam ou desaparecem é que podem surgir relações mais felizes.

Saúde

A boa saúde é uma tendência natural. Cada um de nós, entretanto, acumula erro sobre erro até comprometer ou arruinar seu capital inicial de bem-estar.

Amor

Apenas você e o outro. Nada entre vocês, nenhum muro, nenhuma cortina. Aí, sim, não há você e o outro, mas a unidade.

Dinheiro e Negócios

A trama dos negócios e do dinheiro tem um lado difícil que aparece nas crises. Quando, entretanto, somos tocados por momentos de leveza e limpidez, descobrimos que há uma dança de grande beleza sob os conflitos: o movimento de troca. Negociar é transacionar com o Universo.

Participação no Mundo

Em nossa comunicação com o mundo, podemos estar tolhidos por frustrações e preconceitos ou estar num estado de frescor e limpidez semelhante ao amanhecer de cada dia. Cabe-nos escolher.

36

A vista mais bela
é a do alto da montanha.

Família

Muitas vezes, os últimos a perceberem uma dada situação são os mais próximos a ela. Por isso, olhe para sua família como se você estivesse no topo de uma escada: essa visão trará benefícios a todos.

Saúde

Embalados pelos desejos, deixamos de perceber os males que estamos causando a nosso corpo. Periodicamente, pare e busque uma visão panorâmica de como o está tratando.

Amor

O fascínio do amor obscurece nossa visão. Assim, é preciso constantemente olhar a relação de forma isenta. Não tema fazê-lo, pois o que for real sobreviverá a esse olhar e florescerá.

Dinheiro e Negócios

Os detalhes de nossa atividade nos prendem e apequenam. Busque uma perspectiva mais alta, que novos e melhores rumos surgirão.

Participação no Mundo

Freqüentemente, o que está acontecendo perto de nós é consequência direta de algo que aconteceu longe, em outra parte deste vasto mundo. Quanto mais amplo for o panorama que você captar da vida, maiores serão suas possibilidades de sucesso.

37

Transforme-se
que o mundo se transformará.

Família

É estimulante perceber que tanto o status de nossa família como a teia de relações que a entrelaça podem mudar e tornar-se melhores. E é por você, que teve esta percepção, que a mudança deve começar.

Saúde

Todos almejamos ter uma boa saúde e, apesar de limitados pela hereditariedade, podemos colaborar para esse fim, melhorando aspectos de nosso modo de vida: alimentação, prática de exercícios, dispêndio de energia sexual e qualidade do ar e locais por onde circulamos.

Amor

Queixamo-nos freqüentemente de que o amor está em débito conosco, esquecidos de que algumas de nossas formas de pensar, atitudes e posturas emocionais é que o impedem de tocarnos. Se é este o caso, saiba que você pode reverter essa situação.

Dinheiro e Negócios

O passar do tempo produz estagnação em nossos projetos e empreendimentos e aí é necessário promover mudanças. Porém, só conseguiremos promovê-las, se tivermos a força e a coragem de transformarmos, em alguma medida, a nós mesmos. Nossos negócios não mudarão se não mudarmos.

Participação no Mundo

O maior erro que o ser humano comete em sua relação com o mundo é tentar interferir nele, ao invés de tentar transformar-se internamente. Esse equívoco ocorre porque, em nossa ignorância e presunção, consideramo-nos perfeitos. A primeira obrigação de quem quer atuar de forma justa no mundo é a de lutar pela transformação constante de sua qualidade interior.

38

O Agora não é do tempo, assim como o
Aqui não é um ponto geográfico.
Ambos são o espaço amplo e infinito.

Família

Uma família é formada por seus membros e pelos fatos por eles vividos. Mas antes disso família é um sentimento: de proteção, de participação, de comunicação, de entrega e de acolhimento. Reencontre o sentimento de família, pois ele transcende tempo e lugar.

Saúde

A sensação de saúde e vigor é um de nossos maiores bens. A vida amplia-se e tudo parece-nos possível e realizável. Se nos interessarmos pelo bem-estar, descobriremos que essa estimulante sensação não depende nem da faixa etária nem do local em que nos encontramos.

Amor

Os gregos antigos diziam que a noite pôs um ovo que se partiu e formou o céu com a casca superior e a terra com a inferior. De seu interior nasceu Eros, impalpável, inefável, imprevisível. E, justamente por não ser nem tempo nem lugar, nem céu nem terra, transporta-nos para este espaço amplo e infinito, a capacidade de nos maravilhamos.

Dinheiro e Negócios

Nossos negócios estão sujeitos à lei do tempo e da impermanência, pois o mercado está em constante mutação. Mas algo em nós pode alçar-se acima dessa lei universal: o desejo genuíno de crescer e evoluir em nossas atividades, sejam quais forem as circunstâncias.

Participação no Mundo

A ação justa é resultante da percepção das circunstâncias de um dado tempo e lugar. E, no entanto, essa percepção nasce em um espaço infinito que transcende tempo e lugar. Não se impressione com essa aparente contradição.

39

A vida é uma viagem em que tudo pode acontecer. Utilize cada acontecimento para seu crescimento interior.

Família

Viagem é símbolo de aventura, renovação, contato com o desconhecido, abertura, enriquecimento pessoal, encanto e assim por diante. Se pudermos encarar nossa vida e a de nossa família como uma viagem permanente, que extraordinário!

Saúde

Nosso corpo viaja por um mundo imenso, desconhecido e fantástico: o da natureza que o criou. Por que não utilizarmos esta viagem cheia de surpresas para aprendermos um pouco da arte e da ciência da boa saúde e da longevidade?

Amor

Viver o amor é como percorrer uma estrada: a paisagem altera-se, o tempo muda, ocorrem acidentes, pessoas e veículos diferentes passam por nós e às vezes nosso carro encrenca. Aos olhos da rigidez e do temor, esta viagem é inquietante e perturbadora, mas, contemplada com o olhar de quem tem como ideal crescer, é um verdadeiro deleite.

Dinheiro e Negócios

Premidos pela necessidade de resultados positivos, deixamos de desfrutar esta viagem tão especial, o mundo dos negócios. A palavra *câmbio*, que usamos para designar a troca de bens ou de dinheiro, aplica-se também a um dos aspectos essenciais da viagem: a mudança de ambientes, lugares e pessoas. Se pudermos reencontrar o sentido estimulante e rico da troca, teremos em mãos uma alavanca poderosa para nossa satisfação e crescimento interiores.

Participação no Mundo

Viver é uma viagem e nesse sentido somos os bandeirantes do nosso planeta. Quando perdemos este espírito estimulante e aventureiro, estamos nos condenando a uma vida sem cor, monótona e triste.

Entre a lembrança do passado e a expectativa do futuro, há uma estreita passagem chamada *Agora* em que o tempo não entra.

Família

O passado de uma família pode ser uma fonte permanente de ódios, ressentimentos e tentativas de vingança, e seu futuro, um manancial de apreensões. É possível, porém, sair disso: cultive a arte de estar no *agora*, aquele instante silencioso em que não existem mágoas nem preocupações.

Saúde

Há dois venenos para sua saúde: remoer mágoas passadas e sofrer antecipadamente por fatos que poderão jamais ocorrer.

Amor

Aproximamo-nos do outro levando cargas do passado e expectativas para o futuro e assim armados tentamos impor regras à relação amorosa. O amor ri-se de nossas manipulações, pois só respira em campo aberto e livre.

Dinheiro e Negócios

Prender-se ao passado ou angustiar-se pelo futuro não é imperativo dos negócios. O que estes exigem é que compreendamos o que ocorreu no passado e enxerguemos os desdobramentos do que possa vir a ocorrer no futuro. Para alcançar este objetivo, é preciso sentir a terra sob os pés *agora*.

Participação no Mundo

Vemos o mundo condicionados por experiências passadas e expectativas para o futuro. A vida real desconhece estes nossos estados subjetivos e renova-se de formas inéditas e surpreendentes.

O Agora não pertence ao tempo.

Família

Para compreender melhor os problemas de sua família, busque o *agora*, que pode ajudá-lo a analisar os erros do passado, corrigir os do presente e evitar os do futuro.

Saúde

Se sua saúde não anda bem, lembre-se do *agora*, que lhe indicará a direção a seguir e trará tranquilidade para vencer as dificuldades.

Amor

Aquele momento do encontro amoroso em que temos a impressão de que o mundo parou é o *agora*. Fica registrado para sempre e não importa o que venha a acontecer já deixou gravada sua marca de qualidade.

Dinheiro e Negócios

Tudo o que fazemos dá-se no tempo, já que nossa existência é temporal. Como o *agora* não pertence ao tempo, busque-o também quando precisar de auxílio na solução de seus problemas de trabalho. Ele é encontrado através do silêncio.

Participação no Mundo

Somos todos escravos do tempo e vivemos a seu serviço. Quando, porém, nos lembramos do *agora*, a liberdade e a grandeza suavemente instalam-se em nossa vida.

Tudo o que existe no Universo existe em nós, pois somos feitos à sua imagem e semelhança.

Família

Por descendermos de uma família humana, freqüentemente esquecemos que também descendemos da natureza, da via láctea, do sol. Angustiados pelo dia-a-dia, nunca lembramos que somos filhos do Universo.

Saúde

Vimos do Universo e dele herdamos nossa força de vida. Mas, teimosa e rigidamente fechados em nosso pequeno mundo pessoal, afastamo-nos dele impedindo que a maior parte de sua seiva energética nos alcance e tonifique. Para que isso não ocorra, busque periodicamente a natureza: peça à terra, à água, ao sol, às árvores e ao ar que o revigorem. Você descobrirá o quanto estes pais são generosos.

Amor

O sol é a fonte de toda a variedade de vida existente no planeta. Tudo foi criado e é sustentado por ele, amor puro. Como seus filhos, cada um de nós tem dentro de si a mesma semente de amor e vida. Busque desenvolvê-la: é um grande ideal.

Dinheiro e Negócios

Nosso planeta é um empreendedor modelo: a Mãe-Terra gera os seres, sustenta-os e fornece todos os meios de troca e ajuda. E faz isso a partir de uma inesgotável generosidade. A exemplo dela, o homem de ação deve produzir, manter e favorecer o intercâmbio entre pessoas e objetos. Perseguir este ideal a partir de uma atitude de generosidade, sem buscar o auto-engrandecimento, nos tornará homens de ação melhores, porque cada vez mais humanos.

Participação no Mundo

Tudo se interliga na natureza. Esta interligação é comunicativa e dela ninguém escapa, ninguém é independente. A compreensão desse fato nos trará humildade para encontrar nosso lugar no sistema, respeito por cada uma de suas partes, generosidade para colaborar e gratidão por poder participar.

43

Ação desatenta rouba nossa força;
a justa faz-nos crescer.

Família

Qualquer atitude em relação a nossa família deve ter origem numa visão ampla que capte o maior número possível de aspectos. Assim, terá a possibilidade de ser mais justa e valiosa.

Saúde

A quase totalidade de nossas crises de saúde tem origem em atos de desatenção e na falta da sensibilidade justa: alimentamo-nos errada e excessivamente, expomo-nos a condições físicas adversas, usamos o corpo de forma indesejável, freqüentamos lugares e pessoas cuja emanção nos prejudica e deixamo-nos emocionar intensamente por trivialidades.

Amor

A paixão amorosa muitas vezes nos impele a um agir tolo, que traz conseqüências desagradáveis. Há, contudo, uma outra possibilidade na relação amorosa: uma vibração que tudo percebe e de onde se origina a atuação inteligente e generosa.

Dinheiro e Negócios

O dinheiro, a sorte e as oportunidades não perdoam a desatenção. Sempre pagamos caro por esse erro fundamental.

Participação no Mundo

O mundo exige constante ação. Infelizmente, na maior parte do tempo, nossas ações não nascem de uma visão ampla e lúcida das situações da vida, mas de reações tensas e angustiadas às suas pressões.

44

O Eu sonha a vida.
Quando desperto, o sonho perde a realidade
e apenas o Eu permanece.

Família

Vemos nossos familiares através da imagem que temos deles e não como de fato o são. Por isso, tentamos fazê-los corresponder às expectativas que fantasiemos. É nosso dever acordar desta insensatez.

Saúde

Acometidos por uma pequena febre, pensamos que esse mal-estar nunca passará; pulsantes de energia, julgamo-la infundável. Aprenda a situar-se um pouco acima das flutuações de sua saúde.

Amor

Toda relação amorosa é um sonho feito de dramas, paixões, conflitos e encantamento. Atrás desse sonho, no entanto, encontra-se você, amplo, independente e pleno de possibilidades. As nuvens são o sonho, você é o céu. Elas passarão, você não.

Dinheiro e Negócios

Às vezes, empresas centenárias vão à falência e desaparecem: aparentavam solidez, mas na realidade eram frágeis. Sejam sérios em relação aos negócios e não tomemos nada como definitivo e indestrutível.

Participação no Mundo

A teia de relações, idéias, paixões e gestos que tecemos em nossa relação com o mundo tem muito de fantasiosa. Não tema descobrir o que resistirá ao inevitável susto de acordar.

45

O que chamamos de nossos pensamentos não passam de empréstimos que nunca devolvemos.

Família

A vida está em permanente mudança e, no entanto, apegamo-nos a concepções herdadas que chegam a nos parecer sagradas. É possível e desejável revê-las sempre.

Saúde

Os conceitos que aprendemos sobre o bom e o ruim para nossa saúde estão longe de ser percebidos e constatados por nós mesmos. Para testá-los, consulte diretamente quem mais entende de sua saúde: seu corpo.

Amor

Encaminhamo-nos para o amor com opiniões e formas de sentir não genuinamente nossas e tentamos impô-las ao outro. O amor, no entanto, não aceita essa imposição e só revela sua verdadeira face quando abandonamos o falso e permitimos que brote o autêntico.

Dinheiro e Negócios

O excesso de informações e idéias muitas vezes impede o surgimento de um olhar fresco e renovador sobre os problemas que cercam nossos negócios.

Participação no Mundo

Em seu fluir constante, o mundo não nos dá escolha: ou nos tornamos flexíveis e nos renovamos continuamente, ou nos fechamos para idéias e visões novas, o que tornará nosso contato com ele mais difícil.

Quando o mar esquece que é oceano
padece a cada onda que morre na praia.

Família

Os membros de sua família necessariamente conhecerão o fracasso, e muitas de suas iniciativas terminarão como ondas na praia. Ensine-os a serem como o oceano que continua poderoso e profundo, sem identificar-se com ondas passageiras.

Saúde

Mesmo limitados pela carga hereditária, há em nós um núcleo de saúde, sem o qual morreríamos ao nascer. Se você reconhecer a existência deste núcleo e procurar contatá-lo, melhorará suas condições orgânicas.

Amor

Os desgostos que normalmente acontecem numa relação amorosa tornam nossa existência pequena e sofrida. Quando isso estiver ocorrendo com você, olhe para o oceano e lembre-se de que os desgostos são as ondas, você, o mar.

Dinheiro e Negócios

As possibilidades de negócios são ilimitadas. Nós é que insistimos em nos limitar.

Participação no Mundo

O mundo é como o mar cuja natureza é estar em constante movimento. A melhor maneira de lidar com a instabilidade do mar não é tentar modificar sua natureza, mas aprender a navegar.

A verdade libera.
Verdade é felicidade.

Família

Embora amarga, a verdade cura. Não a tema, aproxime-se dela. Você e sua família terão mais momentos de comunhão, entendimento e calor humano, três das faces com que a felicidade se apresenta.

Saúde

Comunique-se constantemente com seu corpo. Procure saber dele como de fato se sente e como se encontram seus diferentes órgãos. Não tema receber más notícias: todo problema percebido no início pode receber ajuda eficaz.

Amor

Muitos de nós vivem uma situação de amor mentirosa por toda a vida. Embora compreensível, é espantoso o sofrimento que essa mentira acarreta. Abrir-se para a verdade não é fácil, mas tem o dom de criar novas possibilidades de experiências e crescimento, além de aliviar-nos do pesado fardo da mentira.

Dinheiro e Negócios

Assim como para um médico é difícil diagnosticar a enfermidade de um parente amado, para o homem de ação não é fácil analisar objetivamente seu próprio negócio. Porém, essa observação é indispensável, já que o dinheiro não perdoa quem vive de ilusões.

Participação no Mundo

O relacionamento humano é profundamente marcado pela mentira: mentimos para defender a auto-imagem, conseguir objetivos, esconder fatos, manter ilusões, fugir à realidade, enganar. Essa atmosfera mentirosa que envolve a humanidade desde sempre é um veneno que circula nas veias da sociedade e que deturpa, desorienta, afasta-nos da lucidez e faz-nos sofrer. Só um contínuo esforço pessoal na busca da verdade pode mudar gradualmente essa triste situação.

A liberação interior acontece como um fruto maduro que cai de uma árvore.

Família

A vida freqüentemente coloca nossa família diante de incertezas e angústias. A melhor forma de lidar com elas é não permitir que nos aprisionem em seu clima de pessimismo, derrotismo e negatividade. Essa atmosfera se desvanecerá se soubermos permanecer livres internamente.

Saúde

A boa saúde depende de vários fatores entre os quais o distanciamento de quatro excessos: de preocupação, comida, passionalidade e agitação.

Amor

Vivemos prisioneiros de muitas formas e limitações que impedem a plena manifestação do amor. Se nutirmos o ideal de crescer sempre, descobriremos, encantados, que estes entraves desaparecerão naturalmente ao longo de nosso caminho.

Dinheiro e Negócios

A exemplo dos frutos de uma árvore, o sucesso nos negócios é produto de uma longa e paciente cadeia de acontecimentos: preparação do terreno, semeadura, crescimento de raízes, tronco, galhos, folhas e por último os frutos. Não esqueça essa lição da natureza.

Participação no Mundo

Quanto mais flexíveis, abertos e calorosos formos, mais o mundo nos amará. Não perca de vista, porém, que a mãe destas e de outras qualidades importantes é uma crescente liberdade interior.

49

Cuidado com o que você pensa ser, pois com freqüência nos tornamos aquilo em que acreditamos.

Família

As imagens que temos de nós mesmos escravizam-nos a ponto de determinarem muito de nosso destino e do daqueles que nos são próximos. É importante conscientizá-las e examiná-las lucidamente, para descartarmos as falsas e prejudiciais.

Saúde

Quase todos temos imagens negativas de nosso corpo e capacidade orgânica. Essas imagens acabrunham-nos e limitam nosso bem-viver. Faça por detectá-las e se possível substituí-las.

Amor

A fagulha misteriosa que produz o encanto e a relação amorosa não está condicionada aos conceitos e imagens que temos de nós mesmos e dos outros. Na verdade, o amor revoluciona conceitos, já que é vasto demais para caber na pequenez de nossa racionalidade.

Dinheiro e Negócios

Às vezes, pessoas esforçadas, trabalhadoras, corretas e inteligentes fracassam em seus empreendimentos. Provavelmente um dos motivos do insucesso é uma auto-imagem negativa.

Participação no Mundo

Em nossa comunicação com o mundo, os pensamentos e os sentimentos são tão ou mais eficazes do que as ações. Tente tomar consciência de como você se vê, sente e pensa, pois é a partir disso que se origina sua participação no mundo.

50

Para que a paz e a harmonia reinem no mundo é preciso que reinem antes em nosso ser.

Família

Paz e harmonia são forças poderosas, indispensáveis à nossa felicidade. Por isso, cada chefe de família deveria instar todos os seus membros a cultivarem o hábito de dedicar alguns minutos do dia à busca da vivência dessas qualidades.

Saúde

Saúde não é uma questão que diz respeito apenas às condições mecânicas ou físico-químicas do organismo; mesmo que estas sejam favoráveis, se nosso psiquismo não abrigar paz e harmonia, nossa qualidade orgânica estará comprometida.

Amor

A relação amorosa é uma tentativa de harmonizar duas naturezas diferentes. Quando bem sucedida, traz paz, contentamento e benefícios de toda ordem. Do contrário, apenas conflito, tristeza e desgosto.

Dinheiro e Negócios

Todo empreendimento gera conflito, já que necessariamente tropeça em interesses alheios. Podemos não nos importar com isso, alimentando assim a violência entre os homens. Por outro lado, podemos cultivar internamente a paz e a harmonia, pois estas ajudam-nos a encontrar a maneira justa e menos agressiva de conciliar nossas iniciativas às de nosso semelhante.

Participação no Mundo

Se buscarmos contato diário com a paz e a harmonia que residem em nosso interior, veremos florescer a capacidade do atuar justo. Essa capacidade contrapõe-se à atuação angustiada, fruto da avidez e da cegueira, cujos efeitos são sempre devastadores.

51

A realidade em si não é boa ou má.
O sofrimento advém de nossa
interpretação equivocada dos fatos.

Família

Acontecimentos como morte e perda evidentemente nos fazem sofrer. Mas isso não significa que haja no cosmo uma burocracia organizada que ofereça benesses a uns e mazelas a outros. O que existe é uma “lei de conseqüência”: tudo o que nos acontece é conseqüência lógica dos pensamentos, disposições e atos que manifestamos ou realizamos em algum momento anterior.

Saúde

Qualquer distúrbio em nossa saúde pode aniquilar-nos ou contribuir para nosso aperfeiçoamento: tudo depende de nossa atitude diante dessa aflição.

Amor

Tendemos a classificar os momentos amorosos como positivos ou negativos, mas com o passar do tempo essa avaliação pode mudar: o que parecia bom se revela mau e vice-versa. Uma atitude, entretanto, pode ajudar-nos sempre: considerar tanto os bons quanto os maus momentos como experiências que contribuem para nosso crescimento pessoal.

Dinheiro e Negócios

É normal que passemos por alegrias e tristezas em nossos negócios. O importante é aprendermos a desapegar-nos desses estados passageiros, pois um fato que hoje parece negativo pode ter desdobramentos interessantes amanhã. Uma atitude eqüidistante entre o bom e o ruim demonstrará que tudo o que acontece pode ser proveitoso.

Participação no Mundo

Quando fura um pneu de nosso carro, lastimamos o azar, porém o borracheiro que o conserta agradece sua sorte. Assim, a realidade não visa jamais beneficiar ou prejudicar, apenas segue seu caminho. Sempre que possível, busque colocar-se numa posição em que este desenrolar lhe seja benéfico.

52

A vida é uma sucessão interminável de acontecimentos. A nós cabe extrair a essência dos mesmos e utilizá-la em prol de nosso desenvolvimento.

Família

Como um mágico que retira objetos os mais surpreendentes de uma cartola, a vida vai tirando de um baú imaginário toda sorte de acontecimentos que afetam nossa família. Infelizmente, na maior parte do tempo, comportamo-nos como simples espectadores, incapazes de extrair as lições - escondidas sob o véu das aparências - que esta extraordinária ilusionista tenta ensinar-nos.

Saúde

A vida que habita nosso corpo está em constante movimento, produzindo a cada instante novas sensações, sentimentos, desejos e pensamentos. Diante dessa dança fantástica, podemos estar alheios, surdos e cegos, ou podemos ser espectadores reverentes e encantados. No primeiro caso, viveremos próximos ao nível de consciência dos animais; no segundo, seremos cada vez mais humanos.

Amor

O amor abre um mundo inesgotável de impressões novas e ricas. Nós, no entanto, tentamos aprisioná-lo em fotos e filmes ou em compromisso e responsabilidade. Aí, o fascinante mistério que havíamos tocado esvai-se, deixando apenas o fóssil do amor.

Dinheiro e Negócios

Mercúrio, o deus dos negócios, não é um deus fácil; ao contrário, é um pregador de peças, cheio de truques, brincalhão, escorregadio, imprevisível, veloz, criativo e exigente. Despreza os tolos e ama a inteligência. Parece apoiar e proteger os espertalhões e desonestos, mas acaba por punir os indignos. Compreender Mercúrio é compreender a essência dos negócios, por isso, tente entendê-lo, respeitá-lo e homenageá-lo, pois ele tem outra característica importante: é generoso e retribuidor.

Participação no Mundo

Na comunicação humana existe um complicado jogo de faz-de-conta: como num estúdio cinematográfico, as casas não são de verdade, são apenas fachadas; as paisagens são cenários; os que desempenham heróis podem ser covardes e assim por diante. Só deixaremos de ser marionetes no jogo da vida, quando deixarmos de acreditar nas fachadas, aparências e máscaras e penetrarmos nas intenções e sentimentos reais das pessoas.

53

Nada é seu ou meu.
Tudo nos é generosamente emprestado.

Família

Quando dizemos *meu* filho, *meu* pai, *minha* mulher, *meu* marido, pensamos e nos sentimos seus proprietários. Quando temos a intuição de que não os possuímos, nossa atitude transforma-se em uma comovida e fina apreciação pela família na qual vivemos.

Saúde

Quem ou o que nos emprestou a vida através do encontro entre nosso pai e nossa mãe? Mesmo que não encontremos uma resposta satisfatória a esta questão, o fato de formulá-la já nos leva à apreciação do privilégio de termos recebido este capital energético a que chamamos vida. E assim, talvez comecemos a cuidar melhor de nossa saúde.

Amor

A pessoa amada não nos pertence. Relutamos em aceitar esse fato, por isso sofremos e infringimos sofrimento ao outro. Se relaxarmos esta necessidade de posse, comecemos a receber o melhor que o amor tem a dar.

Dinheiro e Negócios

Nada parece mais evidente para o homem de negócios do que o fato de que os bens que acumulou lhe pertencem. Entretanto, azares do mercado, revoluções políticas, sociais, concorrência e outros fatores podem fazer valores trocarem de mãos, demonstrando quão frágil é esta crença. Na verdade, o que possuímos está sob nossa guarda, mas não é fundamentalmente nosso. Compreender isto nos torna mais cuidadosos, responsáveis e criativos.

Participação no Mundo

De onde vêm todos os bens e valores que manipulamos? De qual fonte os extraímos? A resposta é evidente: tudo o que nos rodeia é uma transformação da Terra, nosso planeta. Se compreendermos esse fato, o sentimento que guiará nossa comunicação com o mundo será outro.

A satisfação de quem sobe uma montanha é alcançar o topo.

Família

Manter uma boa qualidade de vida dentro da família é um esforço comparável ao de um alpinista para alcançar o topo de uma montanha. E, como o alpinista, temos que conhecer a lei que rege a escalada: a do esforço contínuo.

Saúde

O sofrimento acarretado pelos problemas de saúde podem tornar-nos mais sábios em relação a nosso organismo, mais inteligentes em relação a nosso modo de viver e mais abertos aos outros seres humanos. Essa sabedoria permite-nos alcançar o topo da qualidade no terreno das relações humanas.

Amor

A relação amorosa é uma longa escalada com muitos topos a alcançar. Não há um ponto máximo; sempre existirão novas possibilidades e planos sutis que se revelam durante a subida.

Dinheiro e Negócios

O esforço de subir uma montanha é árduo, mas fortalece. Quando atingir um pico, desfrute-o intensamente, porém, não adormeça nele.

Participação no Mundo

Não se escala uma montanha sozinho. Nós, entretanto, mergulhados em nosso egocentrismo, não nos deixamos tocar pela impressão calorosa que a abertura e simpatia para com os outros seres humanos nos dá. Romper a barreira do fechamento é atingir um topo humano inigualável.

55

O fogo que queima e destrói é o mesmo que aquece e ilumina.

Família

O calor que emana das disputas numa família em que os laços são feitos de rancor, arrogância e mentira chamusca as relações e destrói os vínculos. O calor emanado em outra em que há estima mútua, respeito e verdade aquece os corações e ilumina os elos.

Saúde

A energia que nos mantém saudáveis é como uma chama que deve ser mantida na altura justa: baixa, faz-nos definhar; alta, pode queimar-nos. Cabe-nos zelar para que não se altere.

Amor

O amor é um fogo que não pode servir a dois senhores: ou se submete à tirania do egocentrismo tornando-se destruidor, ou se devota a uma generosidade calorosa que gera o melhor que pode haver na relação homem-mulher.

Dinheiro e Negócios

A luta pela sobrevivência pode facilmente decair em uma avidez devastadora que acarreta sofrimento e injustiça. Se soubermos temperar o ardor desta luta, teremos em nossas mãos um instrumento admirável de progresso para toda a sociedade.

Participação no Mundo

O mundo é dominado pelo consumismo, fogo desvairado e desenfreado que pode arrasar o planeta. Observe em você e nos outros o impulso que conduz a esta corrida e descobrirá que é possível temperá-lo, transformando-o no combustível que alimenta o motor do mundo.

56

Trabalhe as causas
que os efeitos cessarão.

Família

Os problemas que afligem nossa família têm origem num encadeamento de causas. Se, ao invés de nos queixarmos da má sorte, tentarmos descobrir essas causas, teremos chances concretas de minimizar os problemas e até de solucioná-los.

Saúde

Os seguintes fatores podem ser responsáveis por uma boa saúde: o que pensamos, dizemos, respiramos, sentimos e comemos; como dormimos, nos exercitamos e administramos nossa energia sexual. O cuidado com esses pontos nos trará um bem-estar crescente.

Amor

Há muitas causas para a desunião, mas as principais são estas: agitação desenfreada, falta de sintonia sexual e de calor no coração, desejos antagônicos, atmosfera pessoal negativa, dificuldade em se fazer entender, visão estreita, incapacidade de colocar-se no lugar do outro e a fundamental: tipos que não combinam essencialmente.

Dinheiro e Negócios

Fracasso e sucesso não são frutos de algo vago chamado acaso, mas de causas concretas. As do fracasso giram em torno da incapacidade de inovar, do descuido, da falta de energia e da preguiça. As do sucesso, ao contrário, assentam-se na criatividade, zelo, coragem e empenho.

Participação no Mundo

Existir pressupõe agir e toda ação acarreta uma feira de conseqüências, muitas delas imprevisíveis. Por isso, o homem de ação inteligente pauta sua atuação pela prudência, temperança e oportunidade.

A violência é sempre fruto do medo.

Família

Existem muitas formas de violência no seio da família, umas veladas, outras abertas, mas todas com a mesma origem: alguém com medo de perder algo.

Saúde

As muitas faces que a violência assume - das mais óbvias como a raiva, às menos visíveis como uma irritação permanente - produzem substâncias químicas prejudiciais ao organismo. Invista alguns minutos de seu dia na arte da tranqüilidade. Os benefícios serão grandes.

Amor

A violência, tão presente nas relações amorosas, deriva sempre do medo de se perder alguma forma de felicidade.

Dinheiro e Negócios

O medo de perder e o de não ganhar são terríveis para quem empreende e podem tornar o empreendedor um ser violento e amargo. Saiba, porém, que é possível e vale a pena perseguir seus objetivos com tenacidade, mas sem violentar-se.

Participação no Mundo

O mundo nos fascina e atemoriza ao mesmo tempo. Este temor faz com que estejamos sempre armados, tensos, acordando a cada dia como que para uma guerra. Isto gera em nós um amargor crônico, que se torna uma segunda natureza, e é uma das principais causas da violência que castiga o planeta. Busque a arte de desarmar-se do medo.

58

A verdade está sempre além de nossas convicções.

Família

Somos levados a lidar com nossa família a partir de convicções que herdamos ou aprendemos. Porém, para que estas não se transformem em muralhas intransponíveis, precisamos estar sempre abertos para aquilo que as transcende: a realidade.

Saúde

Dentre as convicções que temos sobre o bom ou mau para nossa saúde, certamente algumas são justas. Porém, é muito importante estarmos abertos para novas informações e experiências vividas por outros povos ou indivíduos. E obrigatório para quem sabe que um dos cinco pilares da felicidade é o bem-estar orgânico.

Amor

A convicção pertence à esfera do mental, infinitamente mais limitada do que aquela à qual pertence o amor: a do sentimento. Enquanto a convicção caminha, o amor vôa; assim, enxerga melhor e mais longe, concilia o que a uma visão rasteira é irreconciliável, admira o que o míope mal vislumbra e admite o inadmissível.

Dinheiro e Negócios

Para empreender com sucesso é necessário resolver o permanente conflito entre nossas convicções e a realidade.

Participação no Mundo

Um indício seguro de que estamos amadurecendo é percebermos que as concepções através das quais vemos o mundo não são absolutas. Quando finalmente deixamos de confundir o dedo que aponta para a lua com a própria lua, está nascendo em nós uma das mais importantes características humanas: a flexibilidade.

O verdadeiro Eu reside acima do mental, das emoções e do corpo.

Família

Cada membro de sua família é um indivíduo único, cheio de possibilidades, mas cronicamente perdido em suas agitações físicas, emocionais e mentais. Ajude-o a emergir desse estado.

Saúde

Você será tanto mais saudável quanto mais despoluídos estiverem seu mental, sua emoção e seu corpo.

Amor

Em alguns momentos de finura e tranqüilidade, é possível perceber em si e no outro aquela essência por trás das atividades físicas, emocionais e mentais. Aí sim, o amor revela sua real grandeza.

Dinheiro e Negócios

Em busca de condições financeiras e profissionais cada vez melhores, atendemos a necessidades que vêm do mental, das emoções e do corpo. Se, porém, o fundo do nosso coração não estiver satisfeito, não estaremos plenos.

Participação no Mundo

Ao comunicar-se com as pessoas, lembre-se de que por trás dos conflitos e ambições físicas, emocionais e mentais que fazem do outro um inimigo, existe algo extraordinário: um semelhante seu.

60

No planeta, toda a vida orgânica trabalha, mas apenas o homem pode trabalhar sobre si mesmo.

Família

Lutar por nossa sobrevivência e a de nossa família é uma necessidade imposta pela natureza. Porém, essa mãe generosa concedeu-nos também a possibilidade única e inestimável de trabalharmos por nosso auto-aperfeiçoamento. A família é um lugar privilegiado para desenvolvermos esse trabalho.

Saúde

É ao mesmo tempo uma possibilidade e um dever melhorarmos as condições de saúde de nosso organismo. O ponto de partida para alcançarmos esse objetivo é uma mudança de atitude em relação a ele: devemos assumir que cabe a nós a tarefa de preservar e melhorar suas condições.

Amor

O início de uma relação amorosa é uma fagulha gratuita ofertada pelas energias da natureza. Seu prosseguimento, entretanto, depende mais e mais de um intenso, custoso e detalhado trabalho que pode ser comparado ao de um carpinteiro, ourives ou jardineiro. O amor só abre as portas do que tem de melhor para quem trabalha muito.

Dinheiro e Negócios

Se trabalhar duro por anos a fio der-nos apenas melhores condições de sobrevivência, satisfação de desejos e fama, seremos seres humanos limitados e pobres. Só seremos verdadeiramente ricos quando soubermos extrair de nossas atividades o néctar do crescimento pessoal, a substância que pode nos tornar seres humanos com o mental, a emoção e o corpo em harmonia.

Participação no Mundo

Podemos participar do mundo em diversos níveis ao mesmo tempo: lutando por melhorar nossas condições pessoais, ajudando os outros a melhorarem as suas e tentando nos tornar seres humanos nos quais se equilibram um mental aberto, um emocional amável e um corpo relaxado.

61

Vivemos cercados por mil necessidades, esquecidos de que somos príncipes herdeiros de um reino riquíssimo.

Família

O mercado de consumo inventa um grande número de falsas necessidades. Só quando percebemos o quão ilusórias e tolas são a maioria delas é que podemos, nós e nossa família, sair desse circuito.

Saúde

Quanto mais simples e despojada de falsas necessidades for nossa vida, menos comprometemos o imenso capital de saúde com o qual, felizmente, a maioria de nós nasce.

Amor

O amor é em si uma riqueza imensa e inesgotável. Nós, porém, lhe atribuímos necessidades que ele, a própria plenitude, não possui. O preço pago por essa atitude equivocada é o mais alto possível: a perda do próprio amor.

Dinheiro e Negócios

À medida que nossos empreendimentos crescem, surgem inúmeras necessidades falsas. Se permitirmos que ultrapassem um certo nível, a árvore, antes frutífera, será fatalmente atacada por ervas daninhas.

Participação no Mundo

Às necessidades reais do ser humano somam-se inúmeras outras de substancialidade discutível, a maioria com pais conhecidos: vaidade, orgulho, inveja, ciúme, egocentrismo e arrogância. Quanto menos acreditarmos nelas, mais estaremos contribuindo para que o convívio humano tenha uma qualidade melhor.

62

Nosso corpo perecível é fruto da consciência que não tem começo nem fim, não nasce nem renasce.

Família

Lutar para prover as necessidades físicas da família é justo. Esquecer-se, porém, de que ela também tem necessidades intelectuais e afetivas é um erro que pode trazer conseqüências sérias.

Saúde

A boa saúde não depende apenas de fatores físicos. Tudo o que você pensa e sente afeta-a diretamente.

Amor

Não veja a pessoa amada apenas como um corpo. Ela é mais do que isso, é um brilho que vem de muito longe.

Dinheiro e Negócios

Nossas ambições são mais determinadas pelas necessidades e limitações de nosso corpo físico do que admitimos. Ser mais amplo do que o horizonte biológico pode tornar-nos menos mesquinhos em nossa luta pela vida.

Participação no Mundo

No mundo atuam forças de amizade, ódio, simpatia, rancor, boa vontade e muitas mais. Em seu contato com os outros, desenvolva sua percepção de forma a distinguir umas das outras. Sua consciência se expandirá.

63

O caos do mundo é causado por nossa crescente agitação interior.

Família

Para uma família florescer, é necessário que haja dinamismo e energia entre seus membros. Mas é necessário também que exista um elemento de equilíbrio: uma tranqüilidade profunda, suave e sólida.

Saúde

As células, tecidos e órgãos de nosso corpo constituem um mundo completo e solidário. Se vivemos dominados por uma agitação psíquica constante, este mundo se abala e põe em risco nossa saúde.

Amor

Confundimos amor com agitação passional, a força mais poderosa do Universo com a febre perturbadora que nos ataca a cabeça, o peito e o sexo. É possível, porém, refinar este estado, tirando-lhe o poder de destruição e desorganização. Quando há lucidez, tranqüilidade e sensibilidade, ocorre um processo alquímico de purificação que nos permite viver a magia amorosa sem caos.

Dinheiro e Negócios

Não deixe que a força necessária à conquista de bens materiais degenerere em agitação febril. Quando isso ocorre, tudo se torna mais difícil para você e para seus colaboradores.

Participação no Mundo

Fomos feitos para participar do mundo pensando, agindo e sentindo, mas em geral o fazemos de forma tão atabalhoada e superficial, que involuntariamente provocamos equívocos e desentendimentos. Participar do mundo com mais harmonia e profundidade é um ideal que deve ser cultivado.

Para que cada dia não seja apenas uma repetição enfadonha de outro, busque constantemente seu auto-aperfeiçoamento.

Família

Perseguir o ideal de auto-aperfeiçoamento pressupõe um movimento constante de renovação pessoal. Uma das formas de renovar-se é introduzir, de forma natural e sem premeditação, pequenos gestos positivos e animadores em suas relações familiares.

Saúde

O auto-aperfeiçoamento não distorce a natureza das coisas. Por isso, não acredite em fórmulas e modismos, mas analise de que seu corpo precisa de fato para funcionar bem: que alimentos ingerir, quanto exercício praticar, como regular a atividade sexual. O estado de bem-estar chamado saúde virá como decorrência natural.

Amor

Geralmente a relação amorosa abriga o medo da perda. Assim, tendemos a aprisionar o amor com comportamentos inflexíveis e repetitivos, o que apenas apressa seu fim. O processo de auto-aperfeiçoamento abre novas perspectivas e combate vigorosamente o desgaste produzido pela rigidez e pela rotina.

Dinheiro e Negócios

O ser humano dedica-se aos negócios a partir de duas motivações básicas: sobrevivência e poder. No entanto, os negócios podem ser encarados como uma escola de auto-aperfeiçoamento que nos ensina um pensar mais amplo, um sentir mais calmo e um agir mais oportuno. Daí, poderá nascer um novo homem de negócios, menos predador e mais doador.

Participação no Mundo

Como nos relacionamos com o mundo? Como lobos vorazes que visam apenas depredá-lo, ou como seres que cultivam o ideal de auto-aperfeiçoamento, com idéias férteis, atitudes justas e sentimentos fortes? Fortes o bastante para construir, com os semelhantes, um mundo melhor.

65

O contato entre o pólo positivo e o negativo através de uma resistência gera luz e calor.

Família

Se a terra não oferecesse resistência, não teríamos apoio para andar. Analogamente, atritos familiares podem ser a alavanca para relações mais harmoniosas e ricas.

Saúde

Você e seu corpo constituem dois pólos de cuja relação depende sua saúde. A boa saúde nada mais é do que um estado delicado e facilmente perturbável de bem-estar que se estabelece entre esses dois pólos.

Amor

A aproximação de um homem e uma mulher é cheia de dificuldades internas e externas que podem impedir a magia do encontro. Porém, estas dificuldades podem transformar-se numa força cálida, animadora e cheia de vida: numa seiva propícia ao desenvolvimento do amor.

Dinheiro e Negócios

Entre os pólos constituídos por nós e nossos objetivos sempre existirão resistências. Não se lamenta por isso. Aprenda a enfrentá-las e resolvê-las e tornar-se-á um mestre na arte de negociar.

Participação no Mundo

Nossa comunicação com o mundo pode ser comparada a um namoro. Se, apesar de todas as dificuldades, permanecermos otimistas, firmes e afetuosos, há grande possibilidade de essa relação terminar em casamento.

66

Nós não vivemos no mundo: vivemos em nossa interpretação pessoal do mundo.

Família

Não compreendemos nossos familiares, pois não os enxergamos como são: nós os *imaginamos* como gostaríamos que fossem. É doloroso constatar essa realidade, mas é o ponto de partida para começarmos a entendê-los melhor.

Saúde

Você comete um equívoco quando se imagina organicamente mais forte ou mais fraco do que realmente é. Para evitá-lo, consulte sempre seu organismo, com um mínimo de idéias pré-concebidas.

Amor

Tentar ver o outro como ele realmente é em sua complexidade - e não através das fantasias que construímos - é uma forma de amar.

Dinheiro e Negócios

Procure sempre enxergar o mercado como ele está no momento e não hesite nem tema corrigir rumos. O temor e o esforço exigido por uma mudança fazem-nos freqüentemente optar pelo enganoso caminho da fantasia.

Participação no Mundo

O ser humano não adormecido relê o mundo a todo instante e, por desejar ser cada vez menos adormecido, considera cada leitura provisória.

No estado de Atenção,
tudo é importante e nada tem importância.

Família

Quando estamos despreocupados e relaxados, podemos ver o complexo jogo das relações familiares com distanciamento, como se não nos dissesse respeito. Esta agradável impressão de não envolvimento nos acena com a possibilidade de uma relação nova, mais límpida e justa com nossa família.

Saúde

Nos raros momentos em que conseguimos distanciar-nos de nossas preocupações habituais, podemos sentir-nos integrados a nosso corpo, perceber que o habitamos e que somos banhados por sua energia vital. Nesses momentos, pressentimos, encantados, o mistério da vida e podemos dar-nos conta de que somos guardiões desta dádiva maravilhosa, o corpo.

Amor

Em certos instantes, o amor presenteia-nos com um estado de encantamento que é pura magia: desprovidas de sentido, nossas concepções habituais caem por terra e tudo a nosso redor se enche de brilho e significado.

Dinheiro e Negócios

Há um estado de integração com aquilo que fazemos que traz plenitude, leveza e renovação. Neste fino plano de qualidade, percebemos que ganho e perda são importantes e ao mesmo tempo não têm a menor importância.

Participação no Mundo

O mundo é um grande mestre. Às vezes, com um leve e inesperado toque livra-nos de nossa perene auto-idolatria. Aí, estranhamente deliciados, não nos importamos mais com status, responsabilidades ou conexões. Só o que importa é a fina impressão de estarmos vivos.

68

A consciência é como o sol: quando a sentimos luminosa, brilhante e cálida é porque nossas janelas estão abertas, permitindo que sua luz banhe todos os cômodos da casa.

Família

Há famílias sombrias e há famílias luminosas. Se a sua está no primeiro caso, por que não fazer um esforço e abrir as janelas? Se está no segundo, agradeça diariamente à generosidade do sol.

Saúde

Toda a vida que existe na Terra vem do sol. Se você buscar pensamentos, disposição orgânica e emoções solares, a parcela de vida que reside em você brilhará em forma de boa-saúde.

Amor

O amor é solar e sua vocação é oferecer-nos luz, calor e vida. Nós, no entanto, em nossa pequenez, tememos receber o que ele quer ofertar.

Dinheiro e Negócios

Nenhum bem negociável há no planeta que, em última análise, não seja fruto direto do sol. Não se esqueça dessa verdade, e seus empreendimentos serão mais transparentes, benéficos e satisfatórios.

Participação no Mundo

Em nosso contato com o mundo, somos condutores do que há de mais sombrio no ser humano: egocentrismo, agressividade, mentira, inveja. Mas será que a semente solar que somos não nos poderia fazer condutores da compaixão, acolhimento, verdade e calor humano?

Amor

Toda a vida que existe na Terra vem do sol. Se você pensar pensamentos, desejos, ações e emoções solares, a partir da vida que reside em você, sentirá em forma de bem-estar.

Amor

O amor é calor e luz. Nós, no entanto, em nossas paixões, sentimos receio e que não quer estar.

A angústia é uma constante no ser humano e, no entanto, não é um estado justo. É apenas uma mensagem do seu coração indicando a possibilidade de uma existência mais ampla.

Família

A angústia é um sintoma de que alguma energia específica não está encontrando espaço para expandir-se ou resolver-se. Se for muito séria, pode transformar-se em uma fonte permanente de infelicidade. Cuide para que não se instale em sua família.

Saúde

A angústia é uma sobrecarga perigosa capaz de provocar um curto-circuito na energia elétrica que mantém nosso organismo saudável. Por trás de toda angústia há um núcleo de desejos querendo expressar-se. Cumpre-nos ouvi-los e compreendê-los.

Amor

A angústia associa-se ao amor no medo da perda e tenta convencer-nos de que sem a pessoa amada tudo está acabado e não há mais felicidade possível. Não acredite nisso. Amplie constantemente suas relações com os outros seres humanos e consigo próprio e descobrirá, encantado, que não há limites para as oportunidades amorosas.

Dinheiro e Negócios

A angústia provocada por um negócio deve ser vista como um sistema de alarme que sinaliza pontos vulneráveis de nosso empreendimento ou do mercado. Se não a encararmos assim, correremos o risco de nos acostumarmos com ela e pensarmos que é um ônus inevitável e inerente a qualquer negócio.

Participação no Mundo

Etimologicamente, angústia significa estreiteza. Alguns a chamam de ignorância, cegueira, pequenez ou inconsciência e a consideram a mãe de todos os males.

70

Quanto mais buscamos uma realização esquecidos de nós mesmos, mais longe estamos da verdadeira realização.

Família

É justo dedicar-se generosamente à família; não é justo, porém, anular-se.

Saúde

Movidos pela ânsia de viver, atendemos freneticamente a todos os chamados da vida, pondo a perder o melhor e o mais fino de nossas energias. Devemos parar e rever-nos frequentemente, pois essa perda constante acaba por minar nossa saúde.

Amor

Cobramos o máximo do amor, exigindo que seja fonte perene de felicidade. Geralmente colocamos-nos diante dele como crianças mimadas, esperando receber tudo gratuitamente, esquecidos de que ele também exige doação generosa de nossa parte.

Dinheiro e Negócios

Não são as atividades ligadas à profissão, ao dinheiro e aos negócios que nos realizam. Somos nós que podemos realizar parte de nosso potencial humano através delas. Essa constatação pode ter um efeito prático substancial e transformador em nossa vida.

Participação no Mundo

Acreditamos puerilmente que é alguém ou algo vindo de fora que vai nos realizar, quando, na verdade, a vida, como um espelho, só reflete aquilo que já existe em nós; só nos realiza se de alguma forma já nos realizamos e só nos faz felizes se já há alguma felicidade em nós.

71

S seja diferente hoje
que as coisas necessariamente
serão diferentes amanhã.

Família

Reveja sempre suas atitudes com a família. Um erro corrigido a tempo pode evitar grande sofrimento no futuro.

Saúde

Seu estado de saúde hoje depende de seus atos no passado. Similarmente, se seus atos forem descuidados hoje, estarão semeando a má saúde de amanhã.

Amor

Se você se renovar constantemente, o amor responderá abrindo-lhe possibilidades inéditas, encantadoras e inconcebíveis até então.

Dinheiro e Negócios

Quando tudo persiste em ir mal e os caminhos em permanecerem fechados é hora de perguntar: o que posso mudar em mim?

Participação no Mundo

Busque uma base central sólida, mas não tema transformar-se, pois o mundo também é sólido, mas está em perene mutação.

Quando acordo de um sono profundo,
o mundo reaparece
com todos os seus problemas.
Onde estava enquanto eu dormia?
Existe independente de mim?

Família

Muitos dos problemas que nos perturbam no dia-a-dia familiar são como pesadelos que logo serão esquecidos. Quando nos livramos destas fantasmagorias, reduzimos a negatividade que circula em nosso lar.

Saúde

O fato mais corriqueiro do mundo está cada vez mais negligenciado: dormir suficiente, profunda e gostosamente. Esse é um dos três pilares da boa saúde, juntamente com comer e respirar bem.

Amor

Dormir profundamente liberta-nos momentaneamente dos problemas. Similarmente, quando somos tocados pelo amor, o mundo parece distanciar-se, dissolver-se. Para conseguir esse estado, Hypnos e Eros utilizam-se do mesmo recurso: afastam milagrosa e piedosamente de nós aqueles que nos impedem de ser felizes - nós mesmos.

Dinheiro e Negócios

Há hora para nos lembrarmos de nossos negócios - e a seu serviço colocarmos nossa competência mental, garra e esforço - e há hora para deliberadamente nos esquecermos deles. Se soubermos diferenciar e conciliar estes dois momentos, seremos não apenas mais bem sucedidos, mas mais felizes.

Participação no Mundo

A maioria dos conflitos que nos afligem contém muito do exagero comum aos pesadelos e, como estes que terminam ao acordarmos, diminuem de tamanho e importância com o passar do tempo. Se nós lembrarmos dessa lição, surgirá e crescerá em nós uma qualidade única, um dos pilares da felicidade: a capacidade de distinguir problemas reais de fantasias.

Todo ser vivo busca a perfeição. Nos reinos vegetal e animal isso ocorre naturalmente. Para o ser humano, no entanto, ela é conquistada gradualmente através de fracassos e sucessos.

Família

A família pode ser vista como uma fábrica de seres humanos que idealmente visa fabricar produtos de qualidade. Devemos fazer nossa parte com empenho, mas sabendo que, por uma lei natural, existirão necessariamente resultados satisfatórios e insatisfatórios.

Saúde

Por que se conformar com uma saúde medíocre? Por que não ter como ideal uma saúde sempre em busca da perfeição?

Amor

O amor desenvolve-se em vários planos que se contêm uns aos outros, interpenetram-se e existem simultaneamente, como nas caixas chinesas em que dentro de uma há outra, que também contém outra e assim por diante. Infelizmente, a maioria de nós não sabe percorrer esta escala de qualidade crescente que é o amor. Aqueles que ousam percorrê-la, sem importar-se com fracassos ou sucessos, nela pressentem a perfeição. Diz-se que esta escala tem sete notas.

Dinheiro e Negócios

Para produzir um bom trabalho, o artesão, o operário ou o empreendedor passarão necessariamente por um longo processo de tentativas, em que ocorrerão acertos e erros. Quem não compreender que erro e acerto são os grandes mestres do homem, jamais fará uma obra de qualidade.

Participação no Mundo

Não é possível comunicar-se com o mundo sem experimentar o fracasso e o sucesso. Mas, em sua ignorância, o homem adormecido assusta-se com o fracasso e teme perder o sucesso. O que busca a perfeição torna-se discípulo de ambos.

Para que o hábito não dirija suas ações, mude agora, mesmo que apenas uma vírgula.

Família

Hábitos são necessários e inevitáveis. Entretanto, com o passar do tempo, ao invés de nos servirem, impõem-se a nós, escravizam-nos e acabam por envolver nossa família, impedindo seu desenvolvimento. É possível mudar essa situação: descubra que hábitos podem ser abandonados e comece gradativamente a livrar-se deles. Um hábito perdido abre um espaço novo para o prazer de viver.

Saúde

Alguns hábitos nocivos podem estar minando sua saúde. Perceba-os e comece progressiva e pacientemente a abandoná-los.

Amor

Hábito e rotina são inimigos da relação amorosa. Como renovar-se? Para muitos, a seguinte seqüência é uma resposta: 1) perceba o que se tornou repetitivo; 2) deseje mudar; 3) disponha-se a mudar; 4) faça o gesto de mudar.

Dinheiro e Negócios

Os hábitos que se instalam em nossos negócios têm um lado de utilidade e eficácia, mas podem acabar por ganhar vida própria. Com isso, certos setores passam a funcionar de forma mecânica e automática, tornando-nos distraídos, desmotivados e preguiçosos, combinação perfeita para conduzir-nos ao fracasso.

Participação no Mundo

Comunicamo-nos com o mundo condicionados por hábitos pessoais. Como já se tornaram uma segunda natureza, nem sequer nos apercebemos de que alguns são prejudiciais. Abandoná-los é um recurso hábil para enriquecer nossa vida.

75

O poder da mãe-natureza atua em nós desde a concepção e, no entanto, vivemos na ilusão de que somos autores e independentes em nossas ações.

Família

Raramente nos lembramos de que somos filhos de inumeráveis gerações de seres humanos que nos precederam. Cada uma lutou e sofreu à sua maneira e de alguma forma colaborou para que estejamos vivendo hoje. Sintonizar-se com esta percepção é comovente e pode ajudar-nos a ter com nossa família uma relação mais rica.

Saúde

A vida é um presente da natureza. Se nos lembrarmos disso, seremos menos pretensiosos e cuidaremos melhor do empréstimo energético que recebemos. E assim, quem sabe, ela nos conceda mais tempo antes de cobrar de volta o capital emprestado.

Amor

Das energias que nos constituem, a sexual é a única capaz de reproduzir a vida. Isto demonstra o quanto ela está próxima da essência do mistério que é a mãe-natureza em seu aspecto gerador. Reverenciemos esta energia, apesar da perplexidade que ela nos causa.

Dinheiro e Negócios

Perseguimos avidamente os bens materiais e quando os conseguimos acreditamos serem nossos, esquecidos de que somos apenas seus depositários. A verdadeira dona de tudo é a mãe-natureza.

Participação no Mundo

A expressão "detentores do poder" é perfeitamente compreensível de um certo ponto de vista, mas profundamente ingênua de uma perspectiva mais ampla: com um simples resfriado ou pequeno mal-estar, a mãe-natureza corrige nossa tendência à pretensão.

76

A paz e o silêncio encontram-se um passo atrás das imagens e palavras que circulam incessantemente por nossa mente.

Família

Na vida em família, falar demais é tão maléfico quanto falar de menos. A medida justa é ditada por aquilo que se encontra por trás do falar: o silêncio e a paz.

Saúde

Falar consome energia, já que está ligado a respirar. Falamos incessantemente, desperdiçando forças que seriam úteis para a manutenção de nossa saúde. É importante propor-se diariamente períodos de silêncio voluntário.

Amor

A expressão justa, significativa e satisfatória do sentimento amoroso é um dos maiores e mais difíceis desafios para os amantes e imprescindível para o crescimento da relação. Falar vazia e excessivamente - ou calar o que deveria ser expresso - são equívocos de igual porte. Para superar este problema, devemos buscar inspiração no silêncio e na paz que o próprio amor proporciona.

Dinheiro e Negócios

As informações que circulam no ambiente dos negócios são, no mais das vezes, vazias e improcedentes. Para distinguirmos dados reais e úteis de afirmações sem fundamento, devemos aprender a postar-nos naquela zona mais profunda de nós mesmos que, por ser a morada da tranqüilidade, é capaz de ver palavras e imagens destacadamente, a distância.

Participação no Mundo

Falar e escutar são fundamentais para nossa comunicação com o mundo e, no entanto, que qualidades emprestamos a esses atos? Falamos com clareza, veracidade, precisão? Escutamos sem obstruções? Na realidade, falamos e escutamos de forma a gerar incompreensão e discórdia. Para melhorar nossa participação no mundo, devemos aprender a nos recolher ao recinto onde vivem a paz e o silêncio.

O mundo existe porque Eu existo.

Família

Quando nos tornamos seres humanos mais sábios, acolhedores e menos agressivos, nossa família é beneficiada. Quando nós florescemos, nosso mundo familiar fica menos caos e mais cosmo.

Saúde

O corpo é um presente da natureza que nos cabe preservar. Se permitirmos que o caos, a angústia e a agressividade convivam conosco, nosso potencial de saúde decairá. É importante que nos transformemos.

Amor

Se possuímos a intuição, humildade e vigor necessários para trilhar o caminho do aperfeiçoamento constante, o amor poderá tocar-nos. Se, ao contrário, cultivarmos em nós só o aparente e não essencial, conheceremos apenas paixões destrutivas e vendavais emotivos. Não confunda o amor com seus simulacros.

Dinheiro e Negócios

Seu negócio é um mundo que você concebeu e ao qual deu forma: os defeitos e qualidades que apresenta são reflexos de seus defeitos e qualidades pessoais. Se sua qualidade decair, o mesmo ocorrerá com seus negócios. Felizmente, a recíproca é verdadeira.

Participação no Mundo

Nossos conceitos, clima emocional e hábitos são simples projeções de nós mesmos e, no entanto, costumam impor-se como um mundo em si. Não permita que isso ocorra. Renove-se e cresça constantemente, de tal forma que seu mundo pessoal esteja em comunicação com o das outras pessoas, seres e coisas deste vasto mundo.

78

Quando nos desapegamos,
tudo nos é graciosamente ofertado.

Família

O desapego é o caminho mais direto para a felicidade, e a família, o melhor campo para praticá-lo. Comece por pequenos gestos e tente sempre. Não há investimento mais nobre.

Saúde

Tudo aquilo a que nos apegamos teimosamente no campo das idéias, da afetividade ou da ação compromete nossa saúde, pois impede que o frescor da seiva vital circule pelo organismo.

Amor

O apego nos apequena e aprisiona, e a pequenez e a prisão são inimigas do amor.

Dinheiro e Negócios

Quando estamos obcecadamente apegados a algum aspecto de nossos negócios, a sorte não encontra espaço para ajudar-nos.

Participação no Mundo

O ser humano deseja participar de todas as relações possíveis com o mundo. Quando, porém, não pratica a arte do desapego, esta vontade justa transforma-se em avidez, e tudo em que toca, em sofrimento.

79

Para um casamento perfeito são necessários três elementos: um homem, uma mulher e uma força que os una.

Família

Para uma família harmoniosa, não bastam apenas a existência de um pai e uma mãe; é necessário que haja afeto, respeito e admiração entre eles.

Saúde

Para ter uma boa saúde, esteja finamente sintonizado consigo mesmo, com a sociedade e com a natureza.

Amor

Para que um homem e uma mulher estejam realmente unidos, é necessária a presença do amor.

Dinheiro e Negócios

Qualquer negociação requer a participação de três elementos: você, o outro e a intenção que os move. A intenção é fundamental, não a perca de vista.

Participação no Mundo

O mundo reage como um bumerangue: o sentimento que você emite determina o que você recebe.

80

Nossos desejos e medos são uma roda que movimenta nossa mente deixando-a agitada e confusa.

Família

Nas famílias em que imperam a voracidade e a avidez, imperam também a desordem e o conflito.

Saúde

Uma mente perturbada e um coração angustiado envenenam o organismo. Recupere a tranqüilidade, pois ela é nutriz da boa saúde.

Amor

Em qualquer relação amorosa, desejos e medos escravizam os amantes e perturbam sua harmonia. Percebê-los é o primeiro passo para libertar-se deles.

Dinheiro e Negócios

Em momentos críticos, tente perceber o que o assusta e que desejo profundo está sendo ameaçado. Essa percepção poderá ajudá-lo a orientar-se.

Participação no Mundo

Se você convive com desejos e medos, lembre-se de que os outros estão exatamente na mesma situação.

Sonhei que era dois pássaros:
um contemplava do alto de uma árvore
e o outro agia no chão.
Entre esses dois, quem sou eu?

Família

A família deve ser como uma árvore bem cuidada, com raízes sólidas, tronco forte e copa apontando para o céu. E você deve ser a seiva que transita entre as raízes e o topo, levando vida em todas as direções.

Saúde

O corpo é uma máquina feita para movimentar-se e trabalhar. Não o poupe, pois o trabalho o revigora e rejuvenesce. Mantenha, porém, os músculos relaxados; assim, estará unindo o prazer da ação ao do repouso. Podemos desfrutar esta dupla possibilidade.

Amor

O amor, como um rio, tem duas margens: uma na qual devemos agir, e outra na qual devemos manter-nos tranqüilos, contemplativos e abertos a seu aspecto mais profundo. Quem somos nesta imagem? O próprio rio, o próprio amor.

Dinheiro e Negócios

Negociar e empreender são formas intensas da atuação humana, mas podem estreitar nossa visão. Se isso suceder, ouse, salte do raso de suas atividades corriqueiras e busque uma perspectiva nova, mais alta e espaçosa. Somos esta visão ampla.

Participação no Mundo

A águia tem uma visão global do mundo porque o percebe de dois níveis: terrestre e aéreo. Sejam como ela.

82

Compreenda seus fracassos para que eles possam constituir uma base sólida para seus sucessos.

Família

Não se perca quando tudo vai mal. Procure compreender as raízes da crise que, com paciência, poderá reverter a situação.

Saúde

Sabendo as causas de um mal, você poderá fazer algo para alcançar um novo nível de bem-estar.

Amor

Frustrações fazem parte do caminho do amor, mas se delas extrairmos compreensão, estaremos caminhando ao encontro do sucesso.

Dinheiro e Negócios

Fracasso e sucesso caminham sempre lado a lado. Se você analisar o fracasso sem complacência, o sucesso lhe sorrirá com mais frequência.

Participação no Mundo

Não se deixe abalar pelo sucesso e pelo fracasso, pois eles são inerentes à sua participação no mundo. Lembre-se apenas de que a compreensão tanto de um quanto de outro pode levá-lo a novos sucessos.

A expectativa atormenta-nos.
Corte-a pela raiz, mas siga de perto
o curso dos acontecimentos.

Família

Muitas famílias são atormentadas pela expectativa que uns membros nutrem em relação a outros. Embora isso seja inevitável e humano, não é justo impormos nossas expectativas aos outros nem sofrermos quando elas não forem correspondidas.

Saúde

Expectativas são danosas à saúde, pois a ansiedade, angústia e frustração que provocam injetam substâncias nocivas em nosso metabolismo. Beneficiamos enormemente nosso organismo quando nos livramos delas.

Amor

Na relação amorosa, as expectativas nascem ao primeiro olhar. Algumas são justas e pertinentes; outras, injustas e prejudiciais. É importante examinarmos constantemente o que esperamos do outro, para que o descabido, impositivo e arbitrário não infernize a pessoa amada.

Dinheiro e Negócios

Objetivos bem delineados constituem referenciais que norteiam o crescimento de nossos negócios, porém, podem descair facilmente em expectativas irreais e pretensiosas. Cumpre-nos distinguir objetivos de fantasias.

Participação no Mundo

Ao apresentar-se pela primeira vez em uma cidade, um jovem artista esperava um público de mais de dois mil espectadores. Após a apresentação, à qual compareceu apenas a metade do esperado, trancou-se em seu camarim e mergulhou numa profunda crise de pena de si mesmo. Assim, deixou de atender a alguns fãs que queriam cumprimentá-lo pelo número recorde de pessoas reunidas em um teatro naquela cidade. Até a data, jamais se havia conseguido juntar mais de quatrocentas!

Nossos pensamentos são como ondas em um oceano chamado consciência.

Família

Somos filhos do sol e, portanto, uma luminosidade que pensa, sente e age. Olhe para os membros de sua família com esta visão, e os conflitos tornar-se-ão menos dramáticos.

Saúde

Nosso corpo é uma pequena solidificação temporária de imensas forças eletromagnéticas de vida. Estruturado para participarmos da experiência do planeta Terra, ele cumpre fielmente sua missão. O mínimo que podemos fazer em retribuição é interessarmo-nos por ele.

Amor

O amor é a mais fina vibração do Universo e o permeia por inteiro. Nos momentos abençoados em que conseguimos entrever esta imensidão, percebemos quão pequeno e insatisfatório é o movimento passional a que chamamos amor.

Dinheiro e Negócios

Quando seus negócios estiverem atravessando uma tempestade, não se debata em desespero. Mergulhe até encontrar a profundidade calma e silenciosa do fundo do mar.

Participação no Mundo

As idéias que influenciam e dirigem nosso mundo são vislumbres da inteligência que permeia o Universo. Que cada um de nós tenha como ideal tornar-se uma antena capaz de receber e transmitir ao semelhante o que captou de melhor nesta vastidão.

85

A fagulha divina está dentro de nós. Cabe-nos soprá-la para que se transforme numa poderosa chama interior.

Família

Os membros de nossa família são raios de um grande sol criador. Há muitas maneiras de ajudá-los, mas o essencial é colaborarmos para que ar puro e límpido reavive a fagulha divina.

Saúde

A responsabilidade de preservarmos nossa saúde não visa apenas ao bem-estar. É a forma digna de servirmos à fagulha divina, âmago de nossa existência.

Amor

A relação amorosa quase sempre se detém no aspecto frontal do ser, no conjunto das necessidades e gostos da mente, coração e corpo. Privilegiados os amantes que conseguem travar conhecimento com a face profunda do outro, com a fagulha celeste que ele é.

Dinheiro e Negócios

Permitir que a luta pela sobrevivência soterra a fagulha original que vive em você aproxima-o do animal e o distancia do melhor que há no humano.

Participação no Mundo

Olhar para o outro como *irmão de fagulha* atenua os erros e males que praticamos ao longo de nossos intercâmbios.

Quanto mais ângulos da realidade percebemos, menos caóticos nos parecem os acontecimentos.

Família

- Sobre que terreno sua família foi construída?
- Que energias circulam por ela?
- Que nível de calor humano a envolve?
- Que atmosfera de sentimento ela respira?
- Há espaço para o desenvolvimento de cada um de seus membros?

Reavalie periodicamente esses aspectos, e muito do que parecia incompreensível se esclarecerá.

Saúde

Aprenda a dormir bem, alimente-se adequadamente, mantenha a tonicidade dos músculos e articulações ósseas, estimule a circulação sanguínea, não se exponha a calor ou frio excessivos, não respire com timidez, aprenda a relaxar e a expandir-se e, finalmente, não se apegue a formas negativas de pensar.

Amor

O amor tem um lado que se refere exclusivamente a você; outro, a você e ao ser amado; um terceiro, liga-os às respectivas famílias; outro ainda, envolve os amigos de ambos, sem contar o grupo social. Lembre-se de que, de alguma forma, cada um desses aspectos cobra um ônus da relação.

Dinheiro e Negócios

Se quisermos ser bem sucedidos em nossos empreendimentos, zelemos para que eles: assentem-se sobre uma estrutura sólida; sejam maleáveis, capazes de adaptar-se às mudanças dos acontecimentos; sejam movidos por uma vigorosa energia de ação; estejam abertos aos ventos da renovação; tenham força para desenvolver-se e possam ser constantemente repensados.

Participação no Mundo

Se pensarmos o mundo egoisticamente, ele nos mostrará a mesma face de sempre, a do aborrecimento. Se, contudo, além de levar em conta nossas necessidades, considerarmos também as dos que estão abaixo, acima e a nosso lado, e as de nossa comunidade, Estado, país e humanidade como um todo, viver deixará de ser uma aventura caótica para tornar-se uma experiência profundamente significativa.

87

Toque a fonte de seus desejos que a energia-mãe o orientará na direção justa.

Família

Os membros de uma família nutrem um grande número de desejos que se multiplicam continuamente. Se atentarmos para esse fato, poderemos discernir que desejos são justos e prioritários. Caso contrário, passaremos a vida tentando o impossível: satisfazer essa incessante multiplicação de vontades.

Saúde

Perdidos em inúmeros pequenos desejos, deixamos de perceber a energia orgânica fundamental da qual eles derivam: energia de viver, de sobreviver e de reproduzir. Aprenda a relacionar-se diretamente com a energia-mãe.

Amor

Numa das versões da mitologia grega, Eros é o primogênito dos deuses, portanto tudo o que existe no Universo nasce dele. Nesse sentido, tanto nós como a pessoa amada somos formas que o amor assume. Se nos lembrarmos disso, participaremos mais plenamente deste imenso campo luminoso que é o amor.

Dinheiro e Negócios

A força que motiva todo empreendimento é o desejo de desenvolvimento. Entretanto, quando essa maravilhosa fonte de ação descontrola-se, assume o nome de avidez e passa a ser a mãe de todas as desgraças.

Participação no Mundo

À primeira vista, o que move o ser humano em sua participação no mundo é a vontade de progredir. Num exame mais profundo, é um desejo fundamental de perfeição. Não se furte a esse aprofundamento: busque cada vez mais qualidade para seu pensar, sentir e agir.

O alvo magno da vida para o homem é a busca de si mesmo.

Família

Nem você nem os membros de sua família são apenas aquilo que aparentam: um feixe de interesses, inclinações e comportamentos. Por trás dessa fachada, pulsa uma realidade maior e mais vibrante. Tente fazer em sua família com que o aparente seja respeitado, e o não-aparente, o *eu mesmo* de cada um, amado.

Saúde

A doença tem um lado positivo: pode fazer-nos lembrar de quão perecível é nosso corpo e conduzir-nos às questões essenciais do ser humano: *Quem sou eu? Que sou eu?*

Amor

O grande objetivo da relação amorosa é ajudar os amantes a transporem a máscara mentirosa e resistente das aparências. Daí ser Eros o intermediário entre os homens e os deuses, pois ninguém como ele para transportar-nos da fachada artificial para a realidade misteriosa do *eu mesmo*.

Dinheiro e Negócios

Negociar é trocar. Trocamos substância e energia, antes de objetos. O Universo oferece-nos esta possibilidade, pois quer ajudar-nos a crescer, a sermos mais plenos e a nos aproximarmos do mistério que pressentimos estar por trás de tudo: *o eu mesmo.*

Participação no Mundo

Absortos em nossas atividades, cometemos o pecado do filho pródigo que, envolvido no cuidado aos porcos, esqueceu-se de sua origem. Quando buscamos a nós mesmos, lembramos de que também somos filhos de rei.

O equilíbrio interior propicia a ação justa no momento oportuno.

Família

Equilíbrio interior não é apenas uma expressão interessante. É um conceito preciso e prático que pode transformar sua vida. Aproximamo-nos desse estado quando nosso mental, emocional e corpo aprendem a comunicar-se entre si, a trabalhar em conjunto e a associar-se, ao invés de dissociar-se. O patrocinador dessa conjunção geradora de poder é você, e os primeiros a se beneficiarem, seus familiares.

Saúde

Equilíbrio interno, este estado de satisfação proveniente da sintonia do mental, emoção e corpo é um tônico para a saúde. Quando aprendemos a arte de fazer com que os três se compreendam, gostem e ajudem, nossa seiva de vida revitaliza-se em benefício de nosso bem-estar.

Amor

Há uma tríade essencial para o desenvolvimento da relação amorosa: equilíbrio interno, ação justa e momento oportuno. Para compreender melhor essa afirmação, pense em quantos caminhos se separam devido a um ato desequilibrado em um momento inoportuno.

Dinheiro e Negócios

Para participar com sucesso da dança frenética dos negócios, você precisa estar protegido por um talismã de três pontas: lucidez, coração generoso e organismo saudável. Em tempo: quem confecciona o talismã é você.

Participação no Mundo

Equilíbrio interior não é um estado de monotonia. É, ao contrário, a capacidade viva e dinâmica de responder com tranqüilidade às incessantes provocações à nossa mente, sentimento e corpo. E é também a maneira básica e justa de colaborar para que o mundo tenha mais qualidade.

90

Quando somos espaço amplo
nada nos afeta.
Até a morte torna-se impotente diante de nós.

Família

Embora nos dê base e proteção, a família pode limitar-nos. Se permitirmos que isso ocorra, muitas de nossas qualidades perder-se-ão; se não o permitirmos, nosso potencial surgirá naturalmente, no espaço crescente que formos conquistando.

Saúde

Relaxar é expandir-se. Estude e pratique a arte de relaxar seu corpo, nutrindo assim sua seiva vital. As doenças encontrarão mais obstáculos para atingi-lo, e sua vida poderá ser mais longa e feliz.

Amor

Amor não combina com pequenez, pois tem a vocação da amplitude, da largueza. Quem não o conhece, julga-o incompreensível e absurdo, por não se ter deslumbrado com os panoramas que ele descortina. Para alguns, como Dante, amor significa a-mor, isto é, não-morte.

Dinheiro e Negócios

Dispostos de determinada maneira, quatro pontos formam um espaço amplo. Analogamente, para que seu negócio tenha espaço para desenvolver-se, busque quatro pontos de apoio: solidez, flexibilidade, empenho e visão global.

Participação no Mundo

Às vezes, alguns caminhos fecham-se para nós. Se isto ocorrer com você, não se abata: olhe para o céu, cuja imensidão demonstra que nada nos limita senão nós mesmos: nossos apegos, falta de flexibilidade, comodismo, mágoas, falta de criatividade...

91

Quando estou atento tudo me instrui,
o mundo inteiro é meu mestre.

Família

Um dos muitos sentidos da família é o de tornarmos seres humanos cada vez melhores, mais justos e calorosos. Para que isso possa de fato ocorrer, devemos buscar uma atitude de abertura e lucidez que nos permita aprender de todos e de cada membro de nossa família.

Saúde

Manter-se sadio é uma arte e uma ciência. Os especialistas o ajudam nas crises, mas, no dia-a-dia, cabe a você ser aprendiz dos conhecimentos necessários a seu bem-estar.

Amor

É muito raro que alguém tenha diante da relação amorosa a atitude de aprendiz. É pena, pois neste campo essa atitude é de uma utilidade inesgotável.

Dinheiro e Negócios

Na lida com os complexos movimentos do dinheiro, da sorte, dos negócios, coloque-se sempre como aprendiz. É a melhor maneira de progredir sempre.

Participação no Mundo

Olhe para o mundo como para um mestre. É preciso humildade para isso, mas com esse olhar, o que parecia desgraça torna-se lição; o obstáculo, alavanca de crescimento; a responsabilidade, oportunidade de fortalecimento. Aí você passará a viver mais momentos de plenitude.

O que você deseja chegará quando você se libertar do jugo do desejo.

Família

Observando as pessoas de nossa família, poderemos compreender melhor esta força invisível e misteriosa que nos move: o desejo. Notaremos que alguns desejos são universais, comuns a todos; outros são fantasiosos, produto de modismos, de circunstâncias momentâneas. Finalmente, um terceiro grupo é específico a cada indivíduo, corresponde às suas inclinações e necessidades inatas. O papel real de uma família é ajudar a atender aos primeiros, desmistificar os segundos e compreender e dar condições para a realização dos últimos.

Saúde

Sentir-se fisicamente bem é um processo constante de equilíbrio entre desejo e satisfação. Quando carentes, dizemos que estamos mal; quando satisfeitos, que estamos bem. Assim, passamos a vida como uma bola de tênis, um brinquedo entre as raquetes do *estar mal* e do *estar bem*. Felizmente, é possível encontrar uma terceira posição: estarmos presentes no corpo, não sermos seu escravo ou do jogo *insatisfação/satisfação*. Então, aquilo que desejamos tem chance de chegar até nós.

Amor

Muitas vezes, passamos parte de nossa vida correndo obcecadamente e sem sucesso atrás de alguém, o que nos frustra e faz sofrer. Para alguns, um dia essa obsessão desaparece, tornando-os livres, renovados e felizes. E aí, a magia se completa: descobrem que, por terem deixado de identificar-se com sua paixão, o amor abre-lhes novas portas, mais amplas do que aquela na qual teimosamente batiam.

Dinheiro e Negócios

São nossas necessidades e desejos que fornecem a energia de que precisamos para atingir nossos objetivos. Porém, se viram obsessão, passam a dominar-nos ao invés de servir-nos. Para evitar que isso ocorra, mantenha-os sob controle. O que almejamos só vem até nós a partir de uma posição isenta.

Participação no Mundo

O desejo nasce tanto do excesso quanto da falta: a criança deseja mover-se por estar cheia de energia e deseja comer por lhe faltarem no organismo as substâncias necessárias. É difícil libertar-se do jugo do desejo, mas podemos aprender a postar-nos *entre* o excesso e a falta. Então, magicamente, o desejado chegará até nós.

93

Existir é a grande fonte de alegria.

Família

Qualquer que seja o problema familiar, uma dose de alegria o transforma.

Saúde

Alegria e otimismo são tônicos que revigoram a saúde.

Amor

Quanto mais alegria reside em nós, mais generoso nosso amor.

Dinheiro e Negócios

Alegria é sinônimo de positividade e positividade é um elemento fundamental para o sucesso nos negócios.

Participação no Mundo

Seremos sempre queridos e bem-vindos se formos fonte de alegria e otimismo.

São qualidades do bom aprendiz: humildade para aprender, ousadia para tentar, coragem para enfrentar, disponibilidade para receber, bondade para compartilhar, inteligência para decifrar e força para não desanimar - apesar de tudo.

Família

Todo ser humano deveria desenvolver no mais alto grau as sete qualidades do aprendiz. Por que não propô-las de alguma forma aos membros de sua família?

Saúde

As sete características que o aprendiz busca viver o tornam um ser psicologicamente saudável e esse estado estende-se a seu organismo como um todo.

Amor

Se nos dirigirmos à pessoa amada tentando viver as várias faces do aprendiz, o amor obrigatoriamente nos gratificará, pois ninguém mais do que ele ama a lira que tem por cordas humildade, ousadia, coragem, disponibilidade, bondade, inteligência e força. A música produzida por esse instrumento é irresistível aos ouvidos de Eros.

Dinheiro e Negócios

Se não estivermos tentando assimilar as qualidades do bom aprendiz, seremos homens de ação medíocres e limitados, por mais bem sucedidos que possamos parecer.

Participação no Mundo

Se tivermos como ideal desenvolver as qualidades do bom aprendiz, seremos participantes mais dignos e íntegros do mundo que nos cerca. Se ao contrário acreditarmos-nos prontos e acabados, quem sabe até perfeitos, o máximo que teremos a oferecer é nossa imensa vaidade.

95

Às vezes,
parar e silenciar é o melhor caminho.

Família

Nas crises familiares, muitas vezes não interferir é a melhor ação. Para saber se o justo é agir ou não agir, é preciso estabelecer contato com o silêncio interior, pois só ele nos possibilita o discernimento intuitivo do que é oportuno.

Saúde

Freqüentemente submetemos nosso corpo a uma atividade febril e insana, o que pode lhe causar algum mal. Usando dos meios de que dispõe, ele procura prevenir-nos do que está acontecendo, mas não sabemos interpretar suas indicações. Nesses casos, o melhor é parar, isolar-se e tranquilizar-se. Isso costuma ser o suficiente para neutralizar os efeitos nocivos que a agitação provoca em nosso organismo.

Amor

Em uma situação de sofrimento amoroso, pare, relaxe e procure o silêncio. Silencie dentro de si. A dor de amor cederá gradualmente, deixando em seu lugar um sentimento de esperança.

Dinheiro e Negócios

Há momentos nos negócios em que a melhor atitude é não se debater nem agitar, mas parar e silenciar, procurando compreender o que não está funcionando. Há uma inteligência que só chega até nós na imobilidade e no silêncio.

Participação no Mundo

Há ocasiões em que devemos participar do mundo ativa e exuberantemente, e há outras em que devemos agir através da tranqüilidade e do silêncio. Aquele que é capaz de discernir de qual forma deve atuar em cada circunstância é um ser humano mais equilibrado e completo.

96

Nosso passado está carregado de fantasmas e teias de aranha que nos acompanham vida afora. A possibilidade de descartá-los está em nosso profundo, desconhecido, novo e sem forma.

Família

Cada um de nós tem presa às costas uma mochila de experiências passadas, dentro da qual informações úteis e necessárias convivem com registros confusos, nebulosos, mal digeridos e, por isso mesmo, francamente prejudiciais. Porém, há em nós um fundo impoluto, uma vastidão luminosa, o único poder capaz de renovar nossa vida e a de nossos familiares, infundindo-nos incansável e continuamente uma das mais poderosas forças do Universo: a esperança.

Saúde

Muitas de nossas experiências passadas deixaram registros não resolvidos. É muito importante tomar consciência deles, pois com freqüência tornam-se uma fonte de perturbação para nossa saúde física e psicológica. Se elucidá-los é o primeiro passo, o seguinte é dissolvê-los.

Amor

Experiências amorosas do passado podem formar em nós uma barreira sensível e dolorosa que nos impede de viver novas aberturas neste setor tão importante para o ser humano. Isto nos torna tristes, infelizes, duros. Entretanto, por difíceis que tenham sido seus acontecimentos amorosos, no mais profundo de seu ser a necessidade de amar continua intacta e pronta a florescer, e seu frescor e pujança são tão grandes que podem curar as feridas do passado. Dê-lhe uma chance.

Dinheiro e Negócios

Extraia o sumo das experiências passadas, mas não esqueça de jogar fora as cascas. Se não o fizer, elas apodrecerão, o que poluirá sua atmosfera pessoal, impedindo-o de renovar-se diante dos constantes desafios do mundo dos negócios.

Participação no Mundo

Comunicamo-nos com o mundo a partir de condicionamentos impostos. Neste sentido, tudo acaba traduzido em termos do que é antigo e velho em nós. Se não nos conscientizarmos deste fato, estaremos condenados a um viver profundamente repetitivo. A possibilidade do novo, do inédito, só se abrirá para aqueles que descobrirem que cada um de nós tem em si uma profundidade oceânica, e que só dela poderá vir o influxo que nos resgatará do rançoso e envelhecido.

No início rosas, no final espinhos.

Família

Com os filhos nascem alegrias, sonhos, projetos, esperanças. Com o passar do tempo e o desenrolar do destino, muitas vezes estas expectativas otimistas transformam-se em sofrimento. Sobre essa situação tão humana, a rosa tem uma lição a ensinar-nos: em seu estado natural, flor e espinhos estão lado a lado e formam um todo. Nós, por conveniência nossa, os separamos e conservamos apenas a flor. Na vida, alegria e tristeza também estão lado a lado, porém não podemos separá-las e ficar apenas com a alegria, pois a vida, em seu estado natural, é como a rosa, bela e pontiaguda ao mesmo tempo.

Saúde

Para o jovem, cheio da vitalidade que a natureza lhe dá, tudo são flores. Para o velho, roubado por essa mesma natureza da vitalidade, tudo é difícil e doloroso. Sábio é aquele que, tendo estudado e compreendido a natureza, aprendeu a proteger e conservar sua vitalidade até o fim de seus dias.

Amor

Na nascente, o rio é límpido e cristalino. Na outra ponta, devido a tudo o que colheu em sua passagem, é turvo e opaco. Que símbolo maravilhoso! Límpido e turvo, cristalino e opaco - ao mesmo tempo. O amor só será grande e gratificante se for como o rio: puro e marcado pelas ricas experiências da vida - ao mesmo tempo.

Dinheiro e Negócios

Quando iniciamos um empreendimento, acalentamos a esperança de um futuro melhor e se bem sucedidos sentimos realizados. Porém, é necessário que estejamos atentos, pois a riqueza fará surgirem falsas necessidades e pessoas aproveitadoras, e a árvore que nasceu sadia poderá secar.

Participação no Mundo

O sentimento de fraternidade faz com que nos percebamos semelhantes e ligados aos outros seres humanos. Esse sentimento é não somente de alta qualidade como constitui um dos pilares essenciais de uma justa comunicação com o mundo. Porém, se não for temperado por discernimento, fará com que experimentemos aquilo que o caráter humano tem de pior: mentira, desonestidade, hipocrisia. Sábio é aquele que equilibra em si coração e cabeça, sentimento e lucidez.

Quando se sobe uma montanha nenhum passo pode ser esquecido. Um a menos e o pico não será alcançado.

Família

Manter uma família exige esforço constante e diário, porém é uma tarefa nobre e importante, já que dela depende nosso próprio bem-estar e o de toda a sociedade.

Saúde

A boa saúde é mantida com cuidado e vigilância constantes. Um pequeno descuido pode ser a porta de entrada de um mal.

Amor

O amor constrói-se por pequenos gestos.

Dinheiro e Negócios

Não minimize a importância de nenhum detalhe; todos são importantes.

Participação no Mundo

Olhe constantemente a seu redor para verificar se algum detalhe está passando despercebido. Lembre-se de que o todo é constituído das partes.

O amor fruto da Atenção é o elo de união entre dois mundos e dá sentido real à vida.

Família

Sua família é um mundo, e você, outro. Esses dois mundos podem estar em harmonia ou em conflito. Faça sua parte: procure ser cada vez mais despojado e generoso.

Saúde

Sua saúde depende muito de como você interage com o ambiente. Se você gostar do mundo em que vive, ele o ajudará a manter-se sadio.

Amor

Muitas vezes, o que chamamos de amor é apenas a expressão das expectativas, desejos e conceitos através dos quais nos relacionamos com o outro. Só o esvaziamento contínuo desse depósito permite que o mundo que você é aproxime-se do mundo que o outro é.

Dinheiro e Negócios

Lidar com a profissão, dinheiro, ganho e perda requer amor. Se este amor basear-se em um ego-centrismo voraz, seremos apenas predadores. Se, ao contrário, basear-se na capacidade de reconhecer no outro um semelhante, podemos tornar-nos focos que fazem avançar a humanidade.

Participação no Mundo

Podemos estar de bem ou de mal com o mundo. Opte por estar de bem, abra-se para ele, e a retribuição será compensadora.

100

Tudo está em perene transformação.
São permanentes apenas
a impermanência e a consciência
que a tudo assiste sem interferir.

Família

Em uma família, pessoas nascem, crescem, casam-se, partem. Umas chegam, outras vão; às vezes nos alegramos, às vezes nos entristecemos. É a própria dança do Universo espelhada nesse microcosmo. No meio desses dois extremos encontra-se a única coisa permanente no Universo: o eixo que tudo vê, presencia, assiste e é o maior poder do ser humano, a consciência.

Saúde

Nosso corpo é impermanente: nasce, desenvolve-se, atinge o apogeu, decai e finalmente desaparece. Mas há em nós um outro princípio, um olhar que tem consciência desse processo pelo qual passa o corpo. É uma visão que acompanha, não envelhece e faz um velho sentir-se jovem. Quanto mais desenvolvermos esta visão, mais nosso corpo estará protegido das mudanças que ameaçam sua integridade e bem-estar.

Amor

Nós mudamos, o mundo muda e a pessoa amada também. Embora essa realidade esteja particularmente presente na relação amorosa, não se angustie, faça como uma ave planando: atenta e sensível às correntes de ar, adapta-se às suas mudanças, não interrompe o voo e termina por chegar feliz a seu destino.

Dinheiro e Negócios

Aceitar que os negócios estão em perene transformação fará de você alguém mais fluido, livre e pronto a adaptar-se criativamente a novas condições. Tentar congelar as circunstâncias, além de impossível, torná-lo-á duro, vulnerável e incapaz de ajustar-se ao novo.

Participação no Mundo

Há em nós algo muito arraigado que se horroriza e se sente ameaçado com a percepção de que tudo está em perene transformação. Felizmente, há também algo mais profundo, capaz de olhar para o mundo e para nós mesmos com a visão de uma águia, algo que a tudo contempla majestosamente e para quem a impermanência é experimentada como um jogo: o jogo do mundo e da criação, cheio de encanto, graça e magia. Se formos capazes de encontrar esse olhar espacial, o que era ameaçador passa a ser uma aventura deliciosa.

Mas, quando se trata de um ser humano, a situação muda completamente. O ser humano não é apenas um ser físico, mas também um ser espiritual. Ele tem a capacidade de refletir, de compreender e de melhorar sua própria existência. É por isso que a filosofia, a arte e a ciência são tão importantes para ele. Elas ajudam-no a encontrar sentido e propósito na vida, a lidar com as dificuldades e a alcançar a sabedoria.

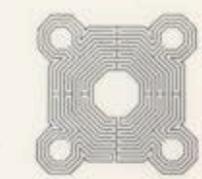
Dinheiro e Negócios

Quando se trata de dinheiro e negócios, a situação é diferente. Aqui, a ética e a moralidade são fundamentais. Não se trata apenas de ganhar dinheiro, mas de ganhar de maneira justa e honesta. É importante lembrar que o dinheiro é apenas um meio, não um fim em si mesmo. O verdadeiro sucesso vem da realização pessoal e da contribuição para a sociedade.

Participação no Mundo

Por fim, a participação no mundo é um tema crucial. Não se trata apenas de viver a vida, mas de viver bem e contribuir para o bem comum. É importante estar atento aos problemas da sociedade e buscar soluções para eles. A participação ativa na vida pública é essencial para a construção de um mundo melhor e mais justo.

Nesta obra, Suleyman apresenta aforismos e comentários do mestre, cuja visão prática e metafísica para os problemas do dia-a-dia poderão ajudar muitos seres humanos a refletir, compreender e melhorar seu papel nas cinco direções fundamentais da vida: família, saúde, amor, dinheiro e negócios e participação no mundo.



Obras de Suleyman Raphael:

ARQUEIROS DA LUZ

DIÁLOGOS COM UM HOMEM DE ATENÇÃO

JOGO DO TRIÂNGULO MÁGICO (Baralho com 45 Aforismos)

O SENHOR DAS 3 ENERGIAS

Família

Há famílias que vivem em um estado de guerra permanente. Esta lamentável situação só poderá ser contrariada se os elementos mais responsáveis da família compreenderem que o conflito está neles. A partir deste reconhecimento, poderão tentar o essencial: mudar a si mesmos.

Saúde

A ansiedade dificulta a circulação da seiva da vida por seu organismo. Sempre que ela o ameaçar, relaxe e deixe que o fluir da seiva o revigore.

Amor

Eros é simbolizado por um arqueiro irreverente, surgido não se sabe de onde para surpreender-nos e, muitas vezes, desordenar nossa vida. Que ingenuidade! Quão pouco nos conhecemos! Eros é o tecelão que tece o tapete de nosso ser: Eros somos nós mesmos.

Dinheiro e Negócios

Há três condições básicas para o sucesso nos empreendimentos: oferecer apenas o que tem substância e valor; atuar oportuna e adequadamente; dedicar-se com garra e coração.

Participação no Mundo

Em nossa relação com o mundo estamos sujeitos à "lei do bumerangue": recebemos de volta exatamente aquilo que emitimos. Assim, se formos violentos e agressivos internamente, o mundo nos declarará guerra; se cultivarmos uma disposição interna enérgica, mas ao mesmo tempo calorosa e compreensiva, ele nos brindará com o que tem de melhor. Desta lei ninguém escapa, mas podemos escolher o que queremos de volta.