

# As Sete Leis Espirituais Para o Sucesso



**Deepak Chopra**

*O que for a profundidade do teu ser, assim será teu desejo.*

*O que for o teu desejo, assim será tua vontade.*

*O que for a tua vontade, assim serão teus atos.*

*O que forem os teus atos, assim será teu destino.*

# Apresentação

Este pequeno trabalho pretende tornar mais fácil e objetivo o entendimento dos conceitos contidos no livro "As Sete Leis Espirituais do Sucesso" de Deepak Chopra. Para isto, realizamos um resumo das principais idéias do autor buscando agilizar a compreensão de sua filosofia sem alterar o conteúdo do livro.

Além disso, o leitor encontrará comparações de cada uma das leis com citações encontradas na Bíblia.

## Introdução

### **I.1. O sucesso da vida (emocional e material)**

I.1.1. É a divindade se abrindo em nosso interior.

I.1.2. É a jornada, não o destino.

I.1.3. É a experiência do milagre.

### **I.2. Lei**

I.2.1. É o processo pelo qual o não manifesto se transforma em manifesto.

I.2.1.1. Tudo o que contemplamos vem do desconhecido.

I.2.1.2. Universo físico nada mais é que o Eu desdobrando-se para experimentar-se como espírito, mente, matéria.

I.2.1.3. Se colocar em harmonia com a natureza criando sem ansiedade, com alegria e amor

### **I.3. Criação**

I.3.1. Fonte

I.3.1.1. Divindade (espírito)

I.3.2. Processo

I.3.2.1. Divindade em movimento (a mente)

I.3.3. Objeto

I.3.3.1. Universo físico (inclusive o corpo)

### **I.4. Potencialidade pura**

I.4.1. É igual para todos

I.4.2. Espírito + mente + corpo

I.4.3. É o manifesto ainda não manifestado

I.4.3.1. Qualquer coisa desejada pode ser criada

# Evangelho

Gênesis 1:1-2. No começo Deus criou o céu e a terra. *Não havia ordem* nem vida na terra, que era toda coberta por um mar profundo. A escuridão cobria o mar, e o *Espírito* de Deus se movia por cima da água.

Gênesis 1:1-26. Então Deus disse:

-Agora vamos fazer os seres humanos, qque serão como nós, que se parecerão como nós. Eles terão poder sobre os peixes, sobre as aves, sobre todos os animais que se arrastarão pelo chão.

Isaías 59:21. O Deus Eterno diz ao seu povo: - Este é o acordo que vou fazer com vocês: o meu Espírito que lhes dei, e os meus ensinamentos, que eu lhes entreguei, ficarão com vocês para sempre. Vocês os ensinarão aos seus filhos e aos seus descendentes, agora e para sempre. Eu, o Eterno falei.

João 10:34. Então Jesus afirmou: -Na Lei de vocês está escrito que Deus disse: "Vocês são deuses." Sabemos que as Escrituras Sagradas sempre dizem a verdade e que Deus chamou de deuses aqueles a quem deu a sua mensagem.

# Imagem

**As nuvens passam, a chuva atua, e todos os seres individuais fluem para suas formas próprias.**

O homem superior aprimora seu caráter e trabalha em sua obra. Ele aperfeiçoa seu caráter através da lealdade e da fé. O que torna a sua obra duradoura é seu empenho em que suas palavras repousem firmemente sobre a verdade. Ele sabe como se chega a isto e de fato o consegue; assim ele é capaz de plantar a semente correta. Ele sabe como deve completá-lo e assim o completa. Deste modo ele é capaz de torná-lo verdadeiramente duradouro. Por isso ele não se torna orgulhoso em sua posição superior nem decepcionado numa posição inferior. Assim ele permanece criativamente ativo, e quando as circunstâncias o exigem, é cauteloso. Então, mesmo em circunstâncias perigosas nenhum erro é cometido. O homem superior estimula seu caráter e trabalha em sua obra, para que tudo se realize no momento certo.

# 1-A lei da Potencialidade Pura

## 1. Significado

**1.1. Somos essencialmente, consciência pura.**

**1.2. Consciência pura é potencialidade pura que é a nossa essência espiritual.**

**1.3. É o nosso espírito (ou o próprio Eu).**

1.3.1. Nosso espírito é infinito e ilimitado.

1.3.2. Nosso espírito possui todo o conhecimento, é silencioso, simples, tem equilíbrio perfeito, é invencível e feliz.

**1.4. Viver a experiência do Eu (auto-referência)**

1.4.1. Observar o ponto de referência interior que é o espírito.

1.4.2. É diferente e o contrário daquilo que nos rodeia.

**1.5. O que não devemos referenciar,**

1.5.1. O objeto-referência que é o nosso ego.

1.5.1.1. É o contrário da auto-referência (espírito).

1.5.2. A experiência do ego (máscara social ou papel represent.)

1.5.2.1. É o que está fora da nossa natureza interior.

1.5.2.1.1. Situações.

1.5.2.1.2. Circunstâncias.

1.5.2.1.3. Pessoas.

1.5.2.1.3.1 Aprovação dos outros

1.5.2.1.4. Coisas.

1.5.2.1.5. Pensamentos e comportamentos antecipam-se a toda resposta porque fundamentam-se no medo.

1.5.2.1.6. Queremos controlar as coisas, queremos poder.

1.5.2.1.7. Você não é o ego você é o Eu.

**1.6. O que devemos referenciar,**

1.6.1. O nosso próprio Eu - que é seu espírito, sua alma - está livre das coisas.

1.6.1.1. É o verdadeiro poder.

1.6.1.2. É imune as críticas.

1.6.1.3. Não teme desafios.

1.6.1.4. Não se sente inferior a ninguém. Mas também é humilde.

1.6.1.4.1. Todos os espíritos são iguais, foram feitos a imagem e semelhança do Pai.

1.6.1.5. Não se sente superior, porque reconhece que todas as pessoas representam o mesmo Eu.

1.6.1.5. É o autopoder que é permanente e fundamenta-se no conhecimento do Eu.

### **1.7. Características do autopoder.**

1.7.1. Atrai tudo o que você deseja: Coisas e pessoas.

1.7.2. Magnetiza as pessoas, situações e as circunstâncias que alimentam seus sonhos, apoiando-se nas leis naturais.

### **1.8. Para aplicar a Lei da Potencialidade Pura.**

1.8.1. Entregar diariamente a momentos de silêncio.

1.8.1.1. Depois é como atirar uma pequena pedrinha num lago tranquilo.

1.8.1.2. Na Bíblia diz: "Fique em silêncio, sinta a Minha presença e saiba que Eu sou Deus.

1.8.2. Praticar a meditação.

1.8.3. Evitar julgamentos.

1.8.3.1. Assim evita ocupar espaços perniciosos (do ego) na mente.

1.8.4. Viver em contato com a natureza.

## **Evangelho**

1.9.1. Salmos 139:23,24. Ó Deus, examina-me e conhece o meu coração; prova-me e conhece os meus pensamentos.  
Vê se há em mim alguma falsidade e guia-me pelo caminho eterno.

1.9.2. Romanos 8.5. Porque os que vivem como a natureza humana quer, têm as suas mentes controladas por ela. Mas os que vivem como o Espírito de Deus quer, têm as suas mentes controladas pelo Espírito. Ter a mente controlada pela natureza humana produz morte; mas ter a mente controlada pelo Espírito produz vida e paz.

1.9.3. Mateus 7:1. Não julguem os outros para não serem julgados por Deus.

1.9.4. Mateus 22:37. Ame o Senhor seu Deus com todo o coração, com toda a alma e com toda a mente.

1.9.5. Mateus 6:22. Os olhos são como uma luz para o corpo: se os

seus olhos forem bons, o seu corpo todo estará na luz. Mas, se os seus olhos forem maus, o seu corpo todo ficará na escuridão. Assim, se a luz que você tem se transformar em escuridão, como será terrível essa escuridão!

1.9.6. João 4:31-32. Aquele que vem de cima é o maior de todos, e quem vem da terra é da terra e fala das coisas terrenas. Quem vem do céu está acima de todos. Ele fala daquilo que viu e ouviu, mas ninguém aceita a sua mensagem.

1.9.7. João 4:34. Aquele que Deus enviou diz as palavras de Deus porque Deus dá do seu Espírito sem medida.

## Aplicação

1.10.1. Entrar em contato com o campo da potencialidade pura, reservando um momento do dia para ficar em silêncio, para apenas ser. Ficar sozinho em meditação silenciosa pelo menos duas vezes ao dia por, aproximadamente, trinta minutos pela manhã e trinta minutos à noite.

1.10.2. Reservar um período do dia para comungar com a natureza e observar em silêncio a inteligência que há em todas as coisas vivas. Ficar em silêncio e assistir ao pôr-do-sol, ouvir o ruído do oceano ou de um rio, ou simplesmente sentir o perfume de uma flor. No êxtase do silêncio, e em comunhão com a natureza, desfrutar a pulsação vital das eras, o campo da potencialidade pura e da criatividade ilimitada.

1.10.3. Praticar o não-julgamento. Começar o dia dizendo: "hoje, não julgarei nada que aconteça" e durante todo o dia lembrar de não fazer julgamentos.

## Imagem

### **A verdade Interior**

Isso se refere à influência involuntária que a natureza interna de um homem exerce sobre as pessoas que lhe são semelhantes em espírito. O Grou não precisa aparecer sobre uma alta colina. Mesmo que ele esteja escondido quando canta, sua cria escuta, reconhece-o, e responde. Onde há um ânimo alegre, sempre aparecerá um companheiro para compartilhar uma taça de vinho. Esse é o eco que

uma empatia espiritual desperta nos homens. Quando um sentimento é expresso com sinceridade e pureza, quando um ato é a manifestação clara do que se sente e pensa, exercem uma influência misteriosa que se propaga mesmo à distância. A princípio ela atua sobre aqueles que lhe são internamente receptivos. Mas essa influência se amplia cada vez mais. É no próprio ser de uma pessoa que estão as raízes da influência que ela exerce. Quando essa essência se manifesta de maneira autêntica e vigorosa em palavras e atos, grande é a sua influência. Esse efeito é apenas o reflexo daquilo que emana do próprio coração. A intenção de influenciar por si só já destrói a possibilidade de fazê-lo.

## 2-A lei da Doação

### 2. Significado

2.1. Tudo no universo é dinâmico. Nada é estático.

2.2. Seu corpo está em intercâmbio dinâmico e constante com o corpo do universo.

2.3. Sua mente está interagindo com a mente do cosmos.

2.4. Se, no ato de dar, você acha que está perdendo alguma coisa, aquele presente não foi realmente dado, portanto, não acrescentou nada.

2.5 A mera idéia de dar, de abençoar, de oferecer uma simples oração, tem o poder de afetar a vida dos outros.

2.6. Somos um feixe de consciência localizado num universo consciente.

2.7. A palavra consciência implica mais do que energia e informação, implica em energia e informação tão vivas quanto o pensamento. Por isso somos feixes de pensamento num universo pensante. E o pensamento tem o poder de mudar.

2.8. Aprenda a dar aquilo que procura.

2.9. Não precisa dar algo material. Pode ser uma flor, um sorriso, um elogio ou uma oração.

2.10. Já dizia o nosso Mestre, Jesus: dar e receber

2.10.1. Carinho, atenção, afeto, apreço, amor.

## Evangelho

2.11.1 Mateus 7: 12.

Façam aos outros o que querem que eles façam a vocês: esse é o sentido da Lei de Moisés e dos ensinamentos dos profetas.

2.11.2 Mateus 6: 3.

Mas você, quando ajudar algum necessitado, faça isso de tal modo que nem mesmo o seu amigo mais íntimo saiba o que você fez.

## Aplicação

2.11.1. Dar um presente em todo lugar que for, a todos que encontrar. Esse presente poderá ser um cumprimento, uma flor, uma oração. Oferecer, diariamente, alguma coisa a todas as pessoas com as quais entrar em contato. Estará, assim, desencadeando o processo de circulação de energia-de alegria, de riquezas, de abundância-na sua vida e na de outras pessoas.

2.11.2. Receber agradecido, diariamente, todas as dádivas que a vida oferece: a luz do sol, o canto dos pássaros, as flores, a neve do inverno. E estar aberto para receber dos outros, seja um presente material, seja dinheiro, seja um cumprimento, seja uma oração.

2.11.3. Assumir o compromisso de manter a riqueza circulando em sua vida, dando e recebendo os mais preciosos presentes: carinho, afeição, apreço, amor. Desejar, em silêncio, felicidade e muita alegria toda vez que encontrar alguém.

## Imagem

### **A Janela**

Certa vez, dois homens que, seriamente doentes, estavam na mesma enfermaria de um grande hospital. O cômodo era bastante pequeno, e nele havia uma janela que dava para o mundo. Um dos homens tinha, como parte



do seu tratamento, permissão para sentar-se na cama por uma hora durante as tardes (algo que ver com a drenagem de fluido de seus pulmões). Sua cama ficava perto da janela. O outro, contudo, tinha de passar todo o seu tempo deitado de barriga para cima.

Todas as tardes, quando o homem cuja cama ficava perto da janela era colocado em posição sentada, ele passava o tempo descrevendo o que via lá fora. A janela aparentemente dava para um parque onde havia um lago. Havia patos e cisnes no lago, e as crianças iam atirar-lhes pão e colocar na água barcos de brinquedo. Jovens namorados caminhavam de mãos dadas entre as árvores, e havia flores, gramados e jogos de bola. E ao fundo, por trás da fileira de árvores, avistava-se o belo contorno dos prédios da cidade. O homem deitado ouvia o sentado descrever tudo isso, apreciando todos os minutos. Ouviu sobre como uma criança quase caiu no lago, e sobre como as garotas estavam bonitas em seus vestidos de verão.

As descrições do seu amigo eventualmente o fizeram sentir que quase podia ver o que estava acontecendo lá fora..

Então, em uma bela tarde, ocorreu-lhe um pensamento: Por que o homem que ficava perto da janela deveria ter todo o prazer de ver o que estava acontecendo? Por que ele não podia ter essa chance? Sentiu-se envergonhado, mas quanto mais tentava não pensar assim, mais queria uma mudança. Faria qualquer coisa! Numa noite, enquanto olhava para o teto, o outro homem subitamente acordou tossindo e sufocando, suas mãos procurando o botão que faria a enfermeira vir correndo. Mas ele o observou sem se mover. mesmo quando o som de respiração parou.

De manhã, a enfermeira encontrou o outro homem morto, e silenciosamente levou embora o seu corpo. Logo que pareceu apropriado, o homem perguntou se poderia ser colocado na cama perto da janela. Então colocaram-no lá, aconchegaram-no sob as cobertas e fizeram com que se sentisse bastante confortável.

No minuto em que saíram, ele apoiou-se sobre um cotovelo, com dificuldade e sentindo muita dor, e olhou para fora da janela...

Viu...

apenas um muro...

"E a vida é, sempre foi e será aquilo que nós a tornamos."

# 3-A lei do Carma ou Causa e Efeito

## 3. Significado

3.1. Você colhe aquilo que semeia (o carma é transformador).

3.2. Carma implica, então, em escolha e ação consciente.

3.3. Quer você goste ou não, tudo o que está acontecendo neste momento é resultado de escolhas feitas no passado (uma vez que o carma define nosso destino).

3.4. Toda pessoa constitui, mesmo sendo um escolhedor infinito, um feixe de reflexos condicionados. Eles são disparados, constantemente por circunstâncias e por pessoas, resultando em comportamentos previsíveis.

3.5. Estamos realizando escolhas a todo momento. Simplesmente estamos escolhendo inconscientemente.

3.6. O simples ato de observar as escolhas transfere todo o processo do terreno do inconsciente para o terreno do consciente.

3.7. Como realizar uma escolha.

3.7.1. Quais serão as consequências das escolhas que eu estou fazendo?

3.7.2. Essa escolha trará felicidade para mim e para as pessoas ao meu redor?

3.8. Como lidar com o carma passado?

3.8.1. Primeiro paga-se o débito. Normalmente isto é inconsciente e também é uma escolha. Uma lei do universo é bem clara: Nada fica sem pagar (É a troca de energia do "de" e "para").

3.8.2. Transforme o débito em algo agradável.

3.8.3. Peça perdão conscientemente todos os dias.

## Evangelho

3.9.1. João 5:14 "...Olha que já estás curado; não peques mais, para que não te suceda coisa pior."

3.9.2. Mateus 7:7. Peçam e receberão; procurem e acharão; batam, e a porta se abrirá. Porque todos aqueles que pedem receberão; aqueles

que procuram acham; e a porta se abre para quem bate. Vocês, mesmos sendo maus, sabem dar coisas boas aos seus filhos. Quanto mais o Pai que está no céu dará coisas boas aos que lhe pedirem!

3.9.3. Mateus 5:23. Portanto, se você for ao altar para dar a sua oferta a Deus e se lembra ali de que o seu irmão tem alguma queixa contra você, deixe a oferta diante do altar e vá logo fazer as pazes com o seu irmão. Depois volte e dê a oferta a Deus.

3.9.4 Mateus 5:38. Eu porém lhes digo: Não se vinguem dos que lhes fazem mal. Se alguém lhe der um tapa na cara, vire o outro lado para ele bater também.

3.9.5 Mateus 22:39. E o segundo mais importante é parecido com o primeiro: Ame os outros como você ama a você mesmo.

3.9.6 Romanos 12:21. Não deixem que o mal vença vocês, mas vençam o mal com o bem.

## Aplicação

3.10.1. Observar as escolhas que vai fazer hoje a todo momento. E na observação dessas escolhas, trazê-las para a percepção consciente. Ter bem claro que a melhor maneira de se preparar para todos os momentos do futuro é estar plenamente consciente do presente.

3.10.2. Toda vez que for fazer uma escolha, pergunte: "quais serão as conseqüências desta escolha?". "esta escolha trará satisfação e felicidade a mim e aos outros que serão afetados por ela?".

3.10.3. Pedir, então, orientação ao coração e seguir a mensagem enviada por ele de conforto ou de desconforto. Se a escolha for de conforto, entregar-se totalmente a ela. Se a escolha for de desconforto, parar para ver as conseqüências daquele ato com sua visão interior. Essa orientação permitirá fazer escolhas corretas espontâneas tanto para você quanto para os que o circundam.

# Imagem

## Escolhedores infinitos.

Talvez se lembrem da história dos jovens estudantes de medicina, que faziam estágio num hospital.

Certo dia, um médico levou-os à ala de Psiquiatria. Antes de entrarem num dos quartos, o médico explicou:

-Este paciente é um caso clínico de depressão existencial ou situacional. Nada químico, nenhuma enfermidade do cérebro. Ele estava noivo de uma moça muito bonita. A três semanas do casamento, ela se apaixonou por outro rapaz com quem fugiu e se casou. Ele não suportou a crise. Caiu em depressão e já está aqui há muito tempo. Mas está se recuperando e vai ficar bom.

Os estudantes observaram o paciente e fizeram cuidadosos apontamentos.

Mais adiante, o médico lhes deu novas explicações:

-A seguir, temos outro exemplo de depressão causada por *stress*, mas este paciente está realmente deprimido. Quer dizer, está tão incapacitado que quase não consegue sair da cama.

Um dos estagiários perguntou:

-Que foi que lhe aconteceu? Perdeu a noiva na última hora também?

-Não, não, respondeu o médico. Ele é o moço que se casou com a noiva daquele outro!

## 4-A lei do Mínimo Esforço

### 4. Significado

4.1. A inteligência da natureza funciona com tranqüila facilidade e sem nenhuma ansiedade.

4.2. Quando sua atenção se volta para o ego é ele que vai consumir a maior quantidade de energia.

4.3. Tanto o momento ruim quanto o momento bom significa que este momento é como deve ser.

4.4. Você pode querer que as coisas sejam diferentes no futuro. Mas neste momento, tem de aceitá-las como são.

4.5. Quando você estiver decepcionado ou aborrecido com uma pessoa ou com uma situação, lembre-se de que não está reagindo à pessoa ou à situação. Esses sentimentos são seus e o que você está sentindo não é culpa de mais ninguém.

4.6. Quando você passa o tempo defendendo suas posições, culpando os outros, e não aceitando render-se ao momento determinado, sua vida se transforma num embate de resistências.

4.7. Você pretende ser rígido como o carvalho oco que tomba na tempestade. Ou vai preferir, ser flexível como o bambú, que se curva sob a tempestade e sobrevive.

4.8. Não resista. Este é o caminho na qual a inteligência da natureza se abre espontaneamente, sem atrito, sem esforço.

4.9. Diga: Hoje aceitarei pessoas, situações, circunstâncias, fatos como eles se manifestarem. Saber que o momento é como deve ser, porque todo o universo é assim.

4.10. Assuma as responsabilidades. Não culpe ninguém, ou alguma coisa, pela situação. Todo problema traz em si uma oportunidade.

## Evangelho

4.11. Mateus 6:28.

E por que vocês estão preocupados com as roupas? Vejam como crescem as flores do campo: elas não trabalham nem fazem roupas para si mesmas. Mas eu afirmo que nem mesmo Salomão, sendo tão rico, usava roupas tão bonitas como essas flores. É Deus que veste a erva do campo, que hoje floresce e amanhã desaparece, queimada no forno. Então, é claro que Deus vestirá também vocês que tem fé tão pequena!

4.12. Tiago 1:12.

Feliz é aquele que nas aflições continua fiel. Porque, depois de sair aprovado dessas aflições, receberá a vida, o prêmio que Deus tem prometido aos que o amam.

4.13. Mateus 11:28.

-Venham a mim, todos vocês que estão cansados de carregar as suas pesadas cargas, e eu lhes darei descanso. Sejam meus seguidores e aprendam de mim porque sou bondoso e tenho um coração humilde; e vocês encontrarão descanso. Os deveres que exijo de vocês são fáceis, e a carga que ponho sobre vocês é leve.

## Aplicação

4.13.1. Praticar a aceitação, dizendo: "hoje aceitarei pessoas, situações, circunstâncias, fatos como eles se manifestarem". Saber que o momento é como deve ser, porque todo o universo é assim. Não se voltar contra todo o universo, lutando contra o momento presente. Dizer a si mesmo: "minha aceitação será total e completa; verei as coisas como são no momento em que ocorrerem e não como eu gostaria que fossem.

4.14.2. Tenha responsabilidade para dar uma resposta crítica para situações adversas. Os problemas são seus melhores amigos.

4.14.2.1. Todos os problemas contêm em si as sementes da oportunidade.

4.14.2.2. Sempre que se confrontar com um tirano, com um atormentador, com um conselheiro, com um amigo ou um inimigo (todos eles são a mesma coisa) deve-se lembrar em reverter ou manter a situação para seu benefício.

4.14.3. Assentar sua percepção, hoje, na indefensibilidade. Desistir da necessidade de defender seus pontos de vista e de convencer a persuadir os outros a aceitá-los. Permanecer aberto a todos os pontos de vista e não se prender a nenhum deles.

## Imagem

**Só o tempo dirá.**

Um homem muito rico, ao morrer, deixou suas terras a seus filhos. Todos eles receberam terras férteis e belas, exceto o mais novo, para quem sobrou um charco inútil para a agricultura. Seus amigos se

entristeceram com isso e o visitaram, lamentando a injustiça que lhe havia sido feita. Mas ele só lhes disse uma coisa: " Se é bom ou se é mau, só o futuro dirá."

No ano seguinte, uma seca terrível se abateu sobre o país, e as terras dos seus irmãos foram devastadas: as fontes secaram, os pastos ficaram esturricados, o gado morreu. Mas o charco do irmão mais novo se transformou num oásis fértil e belo. Ele ficou rico e comprou um lindo cavalo branco, por um preço altíssimo. Seus amigos organizaram uma festa porque coisa tão maravilhosa lhe havia acontecido. Mas dele só ouviram uma coisa: "Se é bom ou se é mau, só o futuro dirá".

Passados sete dias, o cavalo voltou trazendo consigo dez lindos cavalos selvagens. Vieram os amigos para celebrar esta nova riqueza, mas o que ouviram foram as palavras de sempre: "Se é bom ou se é mau, só o futuro dirá".

No dia seguinte seu filho, sem juízo, montou o cavalo selvagem. O cavalo o lançou ao chão. O moço quebrou a perna. Voltaram os amigos para lamentar a desgraça. "Se é bom ou se é mau, só o futuro dirá", o pai repetiu.

Passados poucos dias, vieram os soldados do rei para levar os jovens para a guerra. Todos os moços tiveram que partir, menos o seu filho de perna quebrada. Os amigos se alegraram e vieram festejar. O pai viu tudo e só disse uma coisa: "Se é bom ou se é mau, só o futuro dirá..."

*Autor desconhecido.*

# 5-A lei da Intenção e do Desejo.

## 5. Significado

5.1. Você pode mudar conscientemente o conteúdo energético e informativo no próprio quantum do corpo mecânico, portanto, pode influenciar o conteúdo energético e informativo de seu corpo estendido, o ambiente ao seu redor, o mundo, e fazer com que as coisas se manifestem nele.

5.2. A atenção energiza; a intenção transforma.

5.3. Podemos fazer com que o computador cósmico (DEUS), com seu poder de organização infinita, trabalhe para nós.

5.3.1. Os desejos são o software da alma.

5.4. Podemos entrar no supremo terreno da criação e introduzir uma intenção. Ao fazer isso, ativamos o campo das correlações infinitas.

5.5. O Distanciamento e a intenção combinados levam à consciência do momento presente centrado na vida.

5.6. Sua intenção é para o futuro, mas sua atenção está para o presente.

5.7. O Futuro é criado no presente.

5.8. Aceite o presente e pretenda o futuro. O futuro é algo que sempre pode ser criado através da intenção distanciada, mas nunca se deve combater o presente.

5.9. O Passado representa as recordações, a memória.

5.10. O Futuro é antecipação.

5.11. O Presente é consciência.



5.12. Liberar a lista de seus desejos e a soltar no ventre da criação. Confiar. Se as coisas não saírem como deseja, há uma razão para isso. O plano cósmico com certeza terá designios maiores para você do que os que possa perceber.

5.12.1. Toda semente guarda o sonho de uma floresta.

## Evangelho

5.13. Lucas 8: 43.

Nisto, chegou uma mulher, que fazia doze anos que estava com uma hemorragia. Ela havia gastado com os médicos tudo o que possuía, mas ninguém tinha conseguido curá-la. Ela foi por trás de Jesus e tocou na barra da sua roupa, e logo o sangue parou de correr. Aí Jesus perguntou: -Quem me tocou? Todos negaram. Então Pedro disse: -Mestre, todo o povo está em volta do senhor e o está apertando.

Mas Jesus disse:

-Alguém me tocou, pois senti que de mim saiu poder. Então a mulher, vendo que não podia mais ficar escondida, veio, tremendo, e se atirou aos pés de Jesus. E, diante de todos, contou a Jesus por que tinha tocado nele e como havia sido logo curada. Aí Jesus disse: -Minha filha, você sarou porque teve fé. Vá em paz.

5.14. Romanos 12: 12.

Vivam alegres com a esperança que vocês têm; tenham paciência nas dificuldades e *nunca deixem de orar*.

## Aplicação

5.15.1. Fazer uma lista de todos os seus desejos. Carregar essa lista para todos os lugares. Olhar para ela antes de entrar em silêncio e meditação. Olhar antes de adormecer à noite. Olhar quando acordar pela manhã.

5.15.2. Liberar a lista de seus desejos e a soltar no ventre da criação. Confiar. Se as coisas não saírem

como deseja, há uma razão para isso. O plano cósmico com certeza terá desígnios maiores para você do que os que possa conceber.

5.15.3. Lembrar de praticar a consciência do momento presente em todas as ações. Não permitir que os obstáculos consumam e dissipem a qualidade da atenção no momento presente. Aceitando o presente como ele é, o futuro se manifestará nas intenções e nos desejos mais caros e profundos.

## 6-A lei do Distanciamento.

### 6. Significado

6.1. Para se conseguir qualquer coisa na natureza é preciso desistir do apego a ela. Desista do apego aos resultados.

6.2. O distanciamento permite alcançar qualquer coisa porque ele se baseia na sua crença inquestionável no poder do seu verdadeiro Eu (Deus).

6.3. Se nos prendemos aos resultados nos apegamos aos símbolos, carros, apartamentos, dinheiro. Os símbolos são transitórios; eles vem e vão. Isso cria ansiedade acaba levando você a se sentir vazio e oco por dentro, porque está trocando seu EU pelos símbolos do EU.

6.4. Renuncie ao apego ao conhecido, entre no desconhecido e você estará no campo de todas as possibilidades.

6.5. Não é bom ter uma idéia pronta e acabada do que você vai estar fazendo nas próximas semanas, ou no ano que vem, porque se você já sabe o que vai acontecer e se apega a essa idéia, abre mão de toda a gama de possibilidades.

6.6. Quando você está apegado, sua intenção fica presa num rígido espaço mental. Assim, a fluidez, a criatividade, a espontaneidade inerentes àquele campo se perdem.

6.7. Quando você se apega a uma idéia pronta o seu desejo, antes fluido

e flexível, fica congelado numa estrutura rígida que interfere em todo o processo de criação.

6.8. Sorte nada mais é que a prontidão e a oportunidade caminhando juntas. Se as duas estiverem misturadas à observação atenta do caos, daí emergirá uma solução que será evolucionariamente benéfica para você e para todos os que estiverem ao seu redor.

## Evangelho

6.9. Mateus 6: 34.

Por isso, não fiquem preocupados com o dia de amanhã, pois o dia de amanhã trará as suas próprias preocupações. Para cada dia bastam as suas próprias dificuldades.

6.10. Tiago 4: 13, 14.

Agora escutem, vocês que dizem: "Hoje ou amanhã iremos a tal cidade e ali ficaremos um ano fazendo negócios e ganhando muito dinheiro. Vocês não sabem como será a sua vida amanhã! Porque vocês são como uma neblina passageira, que aparece de repente logo depois desaparece.

## Aplicação

6.10.1. Participar de tudo, mas com o envolvimento distanciado.

6.10.2. Na disponibilidade para aceitar a incerteza, as soluções emergirão espontaneamente do próprio problema, da própria confusão, da desordem, do caos.

6.10.3. Entrar no campo de todas as possibilidades e antecipar a excitação que pode ocorrer quando se está aberto a uma infinidade de escolhas. Quando entrar no campo de todas as possibilidades, experimentará toda a diversão, toda a magia, todo o mistério, toda a aventura da vida.

# Imagem

## A armadilha da certeza

Um bom exemplo compreensível para o ato de apegar-se aos valores é a antiga *armadilha para macacos, do sul da Índia*, cujo princípio de funcionamento é o da obstinação. A armadilha consiste numa casca de coco presa a um poste. Dentro do coco coloca-se um punhado de arroz que o macaco pode pegar através de uma pequena abertura. O buraco é suficientemente grande para ele poder enfiar a pata, mas pequeno demais para que consiga tirá-la com o arroz. O macaco enfia a pata e é apanhado na armadilha - mas isso só acontece devido à obstinação. Ele não é capaz de valorizar corretamente o arroz. Ele não consegue reconhecer que a liberdade sem o arroz é mais valiosa do que o aprisionamento com o arroz. Os moradores da aldeia vêm pegá-lo e levam-no embora. Que conselho geral pode ser dado ao macaco, digno de pena nessa situação difícil?

## 7-A lei do Dharma ou do propósito de vida.

### 7. Significado

7.1. Você tem algum talento singular e uma maneira única de expressá-lo.

7.2. Existe alguma coisa que você consegue fazer melhor que a maioria das pessoas.

### 7.3. Os três componentes

7.3.1. Estamos aqui para descobrir o nosso verdadeiro EU. Este EU é espiritual. Somos seres espirituais que de vez em quando têm experiências humanas.

7.3.2. Temos a obrigação de expressar nosso talento singular. Quando encontramos isto, entramos num estado de consciência atemporal e ficamos em estado de graça.

7.3.3. Devemos colocar este dom a disposição da Humanidade.

## Evangelho

7.4.1. Tiago 1:22.

Não se enganem; não sejam apenas ouvintes dessa mensagem, mas ponham em prática o que ela manda.

7.4.2. Lucas 22:42.

Dizendo: - Pai! Se queres, afasta de mim este cálice de sofrimento. Porém não seja feito o que eu quero, mas o que tu queres.

7.4.3. Romanos 12:2.

Não vivam como vivem as pessoas deste mundo, mas deixem que Deus os transforme por meio de uma completa mudança das suas mentes.

7.4.4. Romanos 12.5.

Assim também nós, embora sejamos muitos, somos um só corpo por estarmos unidos com Cristo. E todos estamos unidos uns com os outros, como partes diferentes de um só corpo. Portanto, usemos os nossos diferentes dons, que nos foram dados pela graça de Deus. Se o dom que recebemos é o de anunciar a mensagem de Deus, façamos isso de acordo com a fé que temos. Se é servir, então devemos servir; se é ensinar, então ensinemos; se é animar os outros, então animemos.

## Aplicação

7.5.1. Nutrir amavelmente, hoje, a divindade que habita em você, no fundo de sua alma. Prestar atenção ao seu espírito, que anima seu corpo e sua mente. Despertar desse profundo sono dentro de seu coração. Carregar consigo a consciência da atemporalidade, do ser eterno, em todas as experiências limitadas pelo tempo.

7.5.2. Perguntar a si mesmo diariamente: "como posso servir?" e "como posso ajudar?" As respostas e essas perguntas permitirão ajudar e servir a seus semelhantes, com amor.

## Imagem

Se és capaz de manter a sua calma quando

Todo mundo ao redor já a perdeu e te culpa;  
De crer em ti quando estão todos duvidando,  
E para esses no entanto encontrar uma desculpa;  
Se és capaz de esperar sem te desesperares,  
Ou, enganado, não mentir ao mentiroso,  
Ou, sendo odiado, sempre ao ódio te esquivares,  
E não parecer bom demais, nem pretensioso;  
Se és capaz de pensar - sem que a isso só te atires;  
De sonhar - sem fazer dos sonhos teus senhores;  
Se encontrando a desgraça e o triunfo conseguires  
Tratar da mesma forma a esses dois impostores;  
Se és capaz de sofrer a dor de ver mudadas  
Em armadilhas as verdades que dissestes,  
E as coisas, por que deste a vida, estraçalhadas,  
E refazê-las com o bem pouco que te reste;

Se és capaz de arriscar numa única parada  
Tudo quanto ganhaste em toda a tua vida,  
E perder e, ao perder, sem nunca dizer nada,  
Resignado, tornar ao ponto de partida;  
De forçar coração, nervos, músculos, tudo  
A dar seja o que for que neles ainda existe,  
E a persistir assim quando, exaustos, contudo  
Resta a vontade em ti que ainda ordena: "Persiste!";

Se és capaz de, entre a plebe não te corromperes.  
E, entre reis, não perder a naturalidade,  
E de amigos, quer bons, quer maus, te defenderes,  
Se a todos podes ser de alguma utilidade,  
E se és capaz de dar, segundo por segundo,  
Ao mínimo fatal todo o valor e brilho,  
Tua é a terra com tudo o que existe no mundo  
E o que é mais - tu serás um homem, ó meu filho!

*Rudyard Kipling*

# Dicas para o Leitor

## Meditação

Para tornar mais prático o hábito de meditar, indicamos as seguintes dicas:

- 1) Reserve 10 minutos do seu dia para meditar;
- 2) Não precisa ficar numa posição de Yoga para meditar;
- 3) Um tipo de meditação é ficar em silêncio;
- 4) O silêncio é simplesmente focalizar a atenção em alguma coisa;
- 5) Se você estiver pensando em duas coisas ao mesmo tempo, o nome disso será "distração" e você estará "estressado";
- 6) Durante o tempo que você estiver meditando preste atenção em apenas um sentido (respiração, som, visão etc);
- 7) Não valorize (julgue) nada que você estiver mentalizando, apenas constate os detalhes deste sentido;
- 8) Com o tempo, em casa, no trabalho ou no lazer, preste a atenção em uma coisa de cada vez e você estará permanentemente meditando;
- 9) Os católicos meditam rezado e os evangélicos oram. Os Hindus e Budistas apenas ficam em silêncio. Cada religião têm seus macetes para meditar (entrar em contato com o Eu interior, a Divindade que habita em você).