

JAMES ALLEN

MINUTOS
DE
SABEDORIA

1

Não pense que os pecados de ontem
o podem impedir de viver o Hoje com pureza.
O caráter de todo o dia depende da forma
como ele é iniciado.

Não deve dedicar tanto tempo a pensar nos pecados e erros de ontem que não lhe reste energia nem disponibilidade mental para viver corretamente o Hoje, e não pense que os pecados de ontem o podem impedir de viver o Hoje com pureza. Comece bem o Hoje e, com o auxílio das experiências acumuladas de todos os seus dias anteriores, viva-o melhor do que qualquer um desses seus dias anteriores; mas não pode vivê-lo melhor se não o começar melhor. O caráter de todo o dia depende da forma como ele é iniciado.

Comece o dia levantando-se cedo.

Comece o dia levantando-se cedo. Se não tem nenhum motivo para o fazer, não importa; levante-se, saia para um passeio tranquilo na Natureza, e logo verá que sente uma leveza, uma frescura e um prazer, para não dizer uma paz de espírito, que o recompensarão largamente pelo seu esforço. A um bom esforço segue-se outro e, quando começamos o dia levantando-nos cedo, mesmo sem nenhum objetivo específico em vista, descobrimos que o silêncio que encontramos nos proporciona uma mente clara e pensamentos tranquilos, e que o nosso passeio matinal permite que nos tornemos «pensadores consecutivos», o que, por sua vez, nos leva a encarar a vida e os seus problemas, bem como a nós mesmos e aos nossos assuntos, de uma forma mais clara; e assim, com o tempo, passamos a levantar-nos cedo com o expresso intuito de preparar e harmonizar a nossa mente de modo a enfrentar toda e qualquer dificuldade com sabedoria e energia serena.

**Bons pensamentos e boas ações
jamais poderão produzir maus resultados.
Maus pensamentos e más ações jamais
poderão produzir bons resultados.**

Bons pensamentos e boas ações jamais poderão produzir maus resultados. Maus pensamentos e más ações jamais poderão produzir bons resultados. Isto é tão simples como dizer que da semente do milho nada pode advir senão milho e que das urtigas não pode nascer nada senão urtigas.

O ser humano entende esta lei no mundo natural, e trabalha com ela, mas poucos são aqueles que a entendem no mundo mental e moral (embora ela aí atue da mesma forma), pelo que, portanto, não cooperam com ela.

O sofrimento é sempre o efeito de alguma forma de pensamento errado. É uma indicação de que o indivíduo está em desarmonia consigo mesmo, com a lei do seu ser.

O único e supremo propósito do sofrimento é purificar, queimar tudo o que é inútil e impuro. O sofrimento cessa para aquele que é puro. Não há nenhum sentido em queimar o ouro depois de a escória ter sido removida, e um ser perfeito, puro e iluminado afasta de si o sofrimento.

As circunstâncias pelas quais o indivíduo se encontra com o sofrimento resultam da sua própria desarmonia. As circunstâncias pelas quais se encontra com a fortuna resultam da sua própria harmonia. A fortuna (não confundir com as possessões materiais) advém do pensamento correto. A infelicidade (não confundir com a falta de possessões materiais) resulta do pensamento incorreto.

O ser humano deve ter um propósito
verdadeiro no seu coração
e lutar para o alcançar.

Até que o pensamento seja acompanhado por um propósito, não existe uma realização inteligente. A maioria das pessoas permite que o pensamento navegue à deriva sobre o oceano da vida. A falta de propósito é um vício ao qual não se deve permitir aquele que deseja estar longe do desastre e da ruína.

Aquele que não tem um propósito central na sua vida torna-se presa fácil de pequenas preocupações, de medos, de dilemas e de autocomiseração, tudo indicadores de fraqueza que, tal como qualquer ato deliberadamente errado (embora por um caminho diferente), conduzem ao fracasso, à infelicidade e à perda. Porque o que é fraco não pode persistir num universo de poder.

O ser humano deve ter um propósito verdadeiro no seu coração e lutar para o alcançar. Deve fazer desse propósito o centro do seu pensamento. Pode tomar a forma de um ideal espiritual ou mundano, de acordo com a sua natureza no momento, mas, seja ele qual for, deve focar firmemente a mente em tal objetivo.

Deve assumir esse propósito como o seu dever supremo e dedicar-se à sua realização, não permitindo o vaguear do pensamento em fantasias, anseios e criações

efémeras. Essa é a única estrada para o autocontrole e para a verdadeira concentração do pensamento.

Mesmo que falhe uma e outra vez em atingir o seu propósito (o que necessariamente fará até que vença as suas fraquezas), a força de caráter adquirida é a medida do seu verdadeiro sucesso e cria novos pontos de partida para atingir o poder e o triunfo futuros.

Aquele que não está preparado para um propósito grandioso deve fixar o pensamento na execução perfeita daquele que é o seu dever, independentemente de quão insignificante essa tarefa lhe possa parecer. Assim, congrega e foca os seus pensamentos e desenvolve a firmeza e a energia necessárias, através das quais não existe nada que não possa ser realizado.

O amor é o único poder que protege.

O universo está protegido porque o amor se encontra no seu coração. O amor é o único poder que protege. Enquanto o ódio vive no nosso coração, imaginamos que a lei é cruel, mas quando o coração é suavizado pela compaixão e pelo amor, percebemos que a lei é a bondade infinita. A lei é tão generosa que nos protege da ignorância; nos esforços insignificantes para a subverter, atribuindo uma importância indevida à nossa ínfima personalidade, chamamos a nós tanto sofrimento que, sendo tão grande a nossa aflição, por fim nos vemos forçados a procurar a sabedoria. Ao encontrá-la, descobrimos o amor e reconhecemo-lo como a lei do nosso ser: a lei do universo.

6

A alegria acompanha os pacíficos e reina entre os puros.

A alegria chega e preenche o coração que soube esvaziar-se; ela acompanha os pacíficos e reina entre os puros.

A alegria foge do egoísta, abandona o conflituoso e esconde-se do impuro. A alegria é como um anjo, tão belo, delicado e casto que apenas pode habitar na santidade. Ela não pode conviver com o egoísmo – está casada com o amor. Todos podemos ser verdadeiramente felizes na medida em que formos altruístas; seremos infelizes na medida em que formos egoístas.

Não podemos retribuir o ódio com ódio.

Seja o que for que os outros possam dizer de nós, que nos possam fazer, nunca devemos sentir-nos ofendidos. Não podemos retribuir o ódio com ódio. Se outra pessoa nos odeia, talvez tenhamos, consciente ou inconscientemente, falhado em algum aspeto do nosso comportamento, ou talvez exista algum mal-entendido que o exercício de um pouco de amabilidade e discernimento pode eliminar; mas, em todas e quaisquer circunstâncias, um «Pai, perdoa-lhes» é infinitamente melhor, mais doce e mais nobre do que um «não quero ter mais nada que ver com eles». O ódio é tão pequeno e pobre, tão cego e mesquinho. O amor é tão grande e abrangente, tão perspicaz e abençoado.

8

Devemos compreender o coração dos outros e aceitar com amor os seus esforços e aspirações.

Não pode existir paz, nenhum conhecimento verdadeiro e nenhum progresso, até que o indivíduo sacrifique o seu desejo de sujeitar os outros à sua própria maneira de pensar e de agir. Tão-pouco lhe é possível compreender o coração dos outros e aceitar com amor os seus esforços e aspirações. A sua mente está oprimida e amargurada, e essa pessoa encontra-se arredada de toda e qualquer compaixão e comunhão espiritual.

A vida de cada um de nós é aquilo
que os nossos pensamentos e atos,
aparentemente isolados, fazem dela.
A combinação resultante somos nós.

Tal como o oceano é composto por gotas, a terra por grãos e as estrelas por pontos de luz, a vida é composta por pensamentos e atos, sem os quais não existiria. Assim sendo, a vida de cada um de nós é aquilo que os nossos pensamentos e atos, aparentemente isolados, fazem dela. A combinação resultante somos nós. Tal como um ano é constituído por um determinado número de momentos sequenciais, o carácter e a vida de um indivíduo são constituídos por um determinado número de pensamentos e ações sequenciais, e o todo acabado apresentará o cunho de todas as suas partes.

**«Come à tua mesa
como comerias à mesa de um rei.»**

O conselho de Confúcio aos seus discípulos: «Come à tua mesa como comerias à mesa de um rei», realça a importância incomensurável das pequenas coisas, o mesmo se podendo dizer do aforismo de outro grande mestre, Buda: «Se alguma coisa tem de ser feita, devemos fazê-la, empenharmo-nos nela com vigor.» Negligenciar as pequenas tarefas, ou executá-las de forma superficial ou desleixada, é sinal de fraqueza e loucura.