

Coleção Segredos da Mente Milionária



COMO VIVER MELHOR EM TEMPOS TURBULENTOS

Os 7 pontos-chaves do autoconhecimento

JAMES ALLEN

Coleção Segredos da Mente Milionária



**COMO VIVER
MELHOR
EM TEMPOS
TURBULENTOS**

Os 7 pontos-chaves do autoconhecimento

Tradução: Silvia Maria Moreira



Principis

Esta é uma publicação Principis, selo exclusivo da Ciranda Cultural
© 2021 Ciranda Cultural Editora e Distribuidora Ltda.

Traduzido do original em inglês
Above lifes turmoil

Produção editorial
Ciranda Cultural

Texto
James Allen

Revisão
Luiza Acosta

Tradução
Silvia Maria Moreira

Diagramação
Linea Editora

Preparação
Sandra Brazil

Design de capa
Ana Dobón

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) de acordo com ISBD

A425c Allen, James

Como viver melhor em tempos turbulentos: Os 7 pontos-chaves do autoconhecimento / James Allen; traduzido por Silvia Maria Moreira. - Jandira, SP : Principis, 2021.

96 p. ; 15,50cm x 22,60cm. (Segredos da mente milionária)

Título original: Above lifes turmoil
ISBN: 978-65-5552-573-1

1. Autoajuda. 2. Autoconhecimento. 3. Ansiedade. 4. Transformação.
5. Resiliência. I. Moreira, Silvia Maria. II. Título.

2021-0043

CDD 158.1
CDU 159.92

Elaborado por Lucio Feitosa - CRB-8/8803

Índice para catálogo sistemático:

1. Autoajuda : 158.1
2. Autoajuda : 159.92

1ª edição em 2021

www.cirandacultural.com.br

Todos os direitos reservados.

Nenhuma parte desta publicação pode ser reproduzida, arquivada em sistema de busca ou transmitida por qualquer meio, seja ele eletrônico, fotocópia, gravação ou outros, sem prévia autorização do detentor dos direitos, e não pode circular encadernada ou encapada de maneira distinta daquela em que foi publicada, ou sem que as mesmas condições sejam impostas aos compradores subsequentes.

Sumário

Prefácio	7
A verdadeira felicidade	9
O homem imortal.....	13
A autossuperação.....	17
O uso da tentação	21
O homem íntegro	27
Discernimento	31
Fé, a base da ação.....	35
A fé que salva	41
Ação e pensamento	43
A postura mental.....	47
Semear e colher.....	51
O reino da lei.....	55
A justiça suprema	59
O uso da razão	63
Autodisciplina.....	67
Resolução.....	73
A conquista gloriosa.....	77
Contentamento na ação.....	81
O templo da fraternidade	85
Agradáveis campos de paz	91



Prefácio

Não podemos modificar as coisas ao nosso redor nem moldar as pessoas de acordo com o que consideramos correto, muito devemos adequar o mundo à nossa vontade. Contudo, está ao nosso alcance mudar nossos desejos, nossas paixões e nossos pensamentos, aperfeiçoar nossas preferências por outras pessoas e, acima de tudo, talhar nossa mente com sabedoria e, assim, reconciliá-la com o mundo exterior.

Não podemos evitar a turbulência do mundo, mas podemos superar as perturbações da mente. Os deveres e as dificuldades da vida clamam por nossa atenção, porém é possível vencer toda a ansiedade que esses deveres e dificuldades geram em nós.

Apesar de todo o ruído que nos cerca, podemos manter a mente serena e o coração tranquilo, mesmo sobrecarregado de responsabilidades, e somos capazes de estar em paz em meio ao conflito.

JAMES ALLEN



A verdadeira felicidade

O maior objetivo da nossa vida, especialmente daqueles que desejam minimizar a miséria do mundo, deveria ser moldado por condições abençoadas e de tamanha beleza de caráter a fim de manter uma disposição terna e imutável, ter apenas pensamentos puros e gentis, e ser feliz em todas as circunstâncias. Se não for possível suplantar a indelicadeza, a impureza e a infelicidade, nos iludiremos, caso se imagine que se pode tornar o mundo mais feliz divulgando quaisquer teorias ou teologia. Aquele que vivencia diariamente a crueldade, a mágoa ou a tristeza aos poucos contribui para a miséria do mundo; ao contrário, aquele que está sempre de boa vontade e que vive em plena alegria aumentará sensivelmente a felicidade do mundo nessa mesma proporção, independentemente se tiver ou não uma religião.

Aquele que não aprendeu a ser gentil, caridoso, amoroso e feliz assimilou muito pouco de suas leituras e, por mais que conheça os preceitos bíblicos básicos, ainda está no caminho do aprendizado

das duras, profundas e reais lições de vida. Aquele que mantém a ternura diante de todas as adversidades da vida mostra de forma incontestável a pureza de sua alma, demonstra sua sabedoria e prova conhecer a Verdade.

Uma alma doce e feliz é fruto amadurecido da experiência e da sabedoria, exala o aroma de sua influência, alegrando os corações e purificando o mundo. E aqueles que ainda não atingiram esse patamar podem começar a mudar *hoje* mesmo, se assim decidirem, para viver de forma tranquila e feliz a verdadeira dignidade do homem e da mulher.

Não diga que o mundo está contra você, pois isso *já* será verdade. Ao contrário, tudo ao seu redor está aí para ajudá-lo. Saiba que o externo, que o faz perder a paz de espírito e a ternura, também auxilia no desenvolvimento. E somente superando os obstáculos se aprende, se cresce e se amadurece.

O problema está em nós mesmos. O altruísmo e a pureza da nossa alma estará em estado de direito, feliz e saudável, para nos oferecer a paz, quando quisermos vivê-la.

Tenha sempre boa vontade com tudo ao seu redor.

Deixe a maldade, a ganância e a ira morrerem.

Assim, a vida passará como uma brisa suave.

Se for difícil entender isso, então a infelicidade e a inquietude continuarão a habitá-lo. Suas crenças, aspirações e determinações facilitam a realização abençoada de seus objetivos.

Aqueles que sofrem com desânimo, irritabilidade, ansiedade, que reclamam e que condenam, padecem de uma série de pensamentos corrosivos, doenças mentais e devem tratar sua conduta e sua maneira de pensar. De fato, há muitos pecados e miséria nesse

mundo, por isso todo o nosso amor e compaixão são necessários, exceto nosso sofrimento, já que a atmosfera ao nosso redor está sobrecarregada de muita tristeza. A alegria e a felicidade são cruciais, pois são raras. O melhor que se pode oferecer ao mundo é a beleza da vida e o caráter, que anulam todo o restante, é a sublime excelência, um conceito duradouro, real e indestrutível que inclui toda a alegria e bem-aventurança, a suprema felicidade.

Não seja pessimista com os erros alheios. Deixe de reclamar e dê início a uma vida liberta de todos os males – inclusive os seus. O caminho da verdadeira modificação é a paz de espírito e a fé. Devemos começar por nós mesmos, sem esperar a sinceridade e a felicidade dos outros, e que eles nos livrem de toda miséria e dificuldade. A felicidade e a sinceridade devem brotar em nós, a miséria e os pecados do mundo precisam ser banidos sem esperar uma iniciativa alheia. Temos o poder de modificar tudo se nos transformarmos primeiro.

Não lamente, não chore.

Não desperdice energia lutando contra o mal.

Entoe cânticos de louvor, diga amém,

Glorifique a beleza do bem!

Assim que assimilarmos o bem, o restante virá de maneira natural, espontaneamente.



O homem imortal

A imortalidade é o aqui e o agora, e não uma especulação do além. É um estado no qual em sua consciência se percebe que as sensações do corpo, as variadas inquietações da mente, as circunstâncias e os eventos da vida são fugazes e, portanto, ilusórios.

A imortalidade independe da esfera do tempo, ela pertence à eternidade; e a eternidade pode ser o aqui e o agora. E como seres humanos, podemos ir ao encontro dessa eternidade e nos estabelecer nela ao superar o *self* que deriva sua vida da insatisfação e volatilidade da temporalidade.

Ao permanecermos imersos em sensações, desejos e fatos passageiros do dia a dia, como se fossem nossa essência, torna-se difícil compreender a imortalidade; e, assim, o que desejamos é a *persistência*, ou seja, a teimosia em continuar com uma sequência de sensações e acontecimentos temporários, e isso acaba se confundindo com a imortalidade. Quem se apega àquilo que o estimula e proporciona satisfação imediata e não ao que está acima disso, não

pretende mudar, rejeita a ideia de que em algum momento terá que se apartar dos luxos e dos prazeres mundanos dos quais se tornou escravo por considerá-los inseparáveis de si mesmo.

A persistência é a antítese da imortalidade; ela será absorvida pela morte do espírito. Sua natureza é mutável e impermanente. Seria como viver e morrer continuamente.

A morte do corpo humano não significa obter a imortalidade. Assim como o homem, o espírito tem pouca consciência, pois está imerso na mudança e na mortalidade. O homem mortal que insiste em se apegar aos prazeres permanece nessa condição depois de sua morte e só vive outra vida com começo e fim, sem a memória do passado ou conhecimento do futuro.

O homem imortal é aquele que conseguiu se desapegar de coisas temporárias e se elevou a um estado de consciência invariável, não se afetando por acontecimentos e sensações transitórias. O mortal é aquele que se concentra e se deixa levar pelo prosseguimento mutável das coisas e, por isso, não tem noção do que passou e do que virá. O imortal se distanciou desse curso de eventos para observá-los, imóvel, enxergando o passado, o presente e o futuro dessa continuidade chamada vida. Como ele já não se identifica com as sensações e a volubilidade de personalidade ou com as mudanças externas que pontuam o tempo na vida, ele se torna um espectador impassível do destino dos mortais e do futuro das nações. Além disso, ele permanece em um estado de constante sonolência, pois não tem discernimento para saber quando estava ou estará totalmente alerta novamente; ele é um sonhador inconsciente, nada além disso. Pois o imortal já acordou desse sonho e sabe que esse sonho não reflete a realidade duradoura, mas apenas uma ilusão passageira. Ele é um conhecedor das circunstâncias da persistência da imortalidade e tem total domínio de si mesmo.

O homem mortal tem a lucidez das noções de tempo e lugar, de começo e fim; o imortal reside em um plano cósmico ou celeste, onde não existe finitude, mas a eternidade do agora. Ele permanece equilibrado e firme em todas as mudanças, a morte de seu corpo jamais apagará a eterna consciência que o habita. Pode-se afirmar que esse indivíduo “nunca sentirá o sabor da morte”, pois saiu do percurso da mortalidade e se estabeleceu na morada da Verdade. Corpos físicos, personalidades, nações e realidades distintas são efêmeras, mas a Verdade permanece límpida sem que o tempo turve sua glória. Por consequência, o homem imortal se autoconquistou e não se identifica mais com as forças egoicas de suas características, ele as canalizou com maestria, harmonizando-as com as energias fortuitas e a fonte de todas as coisas. A inquietação e o fervor da vida cessaram, a dúvida e o medo foram extintos, e a morte não existe para quem percebeu o esplendor esmaecido da vida ao ajustar seu coração e a mente à realidade eterna e imutável.