

## Tema 10 - Contentamento

### 0 som de estar contente

Todos nós somos seres humanos. E de certa forma nossas vidas são semelhantes. Acordamos de manhã. Temos nossos trabalhos, nossas responsabilidades. Às vezes as coisas correm como nossos planos, e às vezes não. Às vezes estamos felizes; às vezes ficamos tristes. Às vezes tragédias nos afetam. Todas essas coisas acontecem, e apesar de tudo isso — existe um desejo básico, tão básico quanto a necessidade de andar de uma criança.

Todos nós já vimos um bebê aprendendo a andar. Ele vê os outros andando, e isso é o que ele quer fazer. Então ele tenta e cai, e continua tentando, outra vez e outra vez, porque ele tem esse impulso, esse desejo.

É a mesma coisa conosco. Todos nós temos o desejo de estar preenchidos, de estar contente. De sentir plenitude, não vazio. Abra-se para entender seu próprio ser: quem você é, o que está dentro de você. Na vida você pode sentir gratidão, não medo, não confusão. Você pode ter respostas, não perguntas. Você pode ter beleza, não feiura. Você pode ter simplicidade, não complicações. Você pode ter um campo verdejante que produz colheitas de contentamento todos os dias.

Você tenta entender o que é a vida. “Por que estou aqui?” “Quem sou eu?” Ouça cuidadosamente o coração porque no seu coração está uma resposta. E a resposta é que você é aquele que quer estar contente, que quer estar em paz. Esse é o chamado do coração: “Por favor, você pode apenas ser feliz? Por favor, você pode apenas estar em paz? Por favor, você pode dançar a dança da vida?”

Todos nós temos o desejo de estar plenos.

Todos nós queremos estar contentes, não vazios.

Você pode sentir gratidão, não medo. Pode ter respostas, não perguntas.

Pode ter beleza, não feiura

Você quer ouvir o som de estar contente?

Ele é mais doce do que o badalar de um sino, e você não precisa de ouvido para ouvi-lo. Tudo o que você tem que fazer é estar em contato com aquele que você é.

Você quer dançar dentro? Suas mãos não precisam se mover para esta dança.

Você quer cantar dentro? Seus lábios não precisam se mover para esta canção. Você quer ver a visão que é você? Você não precisa olhos para essa visão. Quer ouvir o som de estar contente? Ela é mais doce do que o badalar de sino, e você não precisa de ouvido para ouvi-la. Tudo o que você tem que fazer é estar em contato com quem você é.

O que o faz verdadeiramente feliz? É o seu mais profundo desejo de algo? Ou é algo em você? Seu coração é a casa do contentamento. É a casa da paz. É a casa do amor verdadeiro. É a casa da bondade. É a casa da alegria. É a casa das casas. Ai é onde você realmente reside.

Se você quer voar na vida, tudo o que tem que fazer é cortar a corda que o prende. A corda é feita pela ignorância. Use a faca do conhecimento. A corda é feita de ódio. Use a faca do amor. A corda é feita de dúvida. Use a faca da clareza. A corda é feita de escuridão. Use o sabre de luz, e corte a corda. O dia que a cortar, você voará. É simples assim estar contente na vida.

O primeiro passo para qualquer coisa na vida é reconhecer que precisa disso. Muita gente diz, "Sim, estou procurando a paz." Mas elas não reconhecem qual é a sua necessidade pessoal, pelo que realmente têm sede.

Quer você chame isso de paz, contentamento, ou satisfação, é o mesmo.

Se você quer voar na vida  
tudo o que tem que fazer é cortar a corda que o prende.  
O dia que cortar, você voará.  
É simples assim estar contente na vida.

Prem Rawat



The Prem Rawat Foundation

PROGRAMA DE EDUCAÇÃO PARA A PAZ

© Todos os direitos reservados de acordo com a Convenção de Berne.