

El Poder de la Mente

Este livro é uma revisão e adaptação de *El Poder de la Mente*, sobre a arte de dominar a mente e seus poderes, obra lançada pelo autor em 1981, quando esses assuntos estavam começando a ser publicados.

E se tornou um bestseller.

Mentalize e Realize Agora
copyright (c) 2009 Ivan Trilha

Direção editorial: Juselma Maria Coelho e Júlia Bárány Yaari
Tradução: Júlia Bárány Yaari
Capa: Pedro Paulo Silva
Projeto gráfico e diagramação: Júlia Bárány Yaari
Desenhos: Júlia Bárány Yaari
Preparação e revisão: ProLíbera Editora
Impressão: Prol Gráfica e Editora
Criação do título da publicação brasileira: Manuel Gouveia de Freitas

Todos os direitos desta publicação reservados a
Horizontes da Mente e ProLíbera Editora.

Nenhuma reprodução por qualquer meio poderá ser feita sem a
expressa autorização das editoras e do autor.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Trilha, Ivan
Mentalize e Realize Agora: a arte de dominar a mente
/ Ivan Trilha. São Paulo: ProLíbera Editora; Belo Hori-
zonte, MG: Horizontes da Mente, 2009.

ISBN: 978-85-61080-05-1

1. Comportamento (Psicologia) 2. Controle da mente 3.
Mente e corpo I. Título

09-07805

CDD-158.1

Índice para catálogo sistemático:

1. Controle da mente: Psicologia aplicada
158.2

www.horizontesdamente.com.br
horizontesdamente@yahoo.com.br
(031) 3428-4990
www.proliberaeditora.com.br
contato@proliberaeditora.com.br
(011) 3501-9910/9215-4782

IVAN TRILHA

Mentalize e Realize agora

A ARTE DE DOMINAR A MENTE



PROLIBERA
INSTITUTO
EDITORIA
LIVRO PARA SER LIVRE

2009



hcm
HORIZONTES da MENTE
Ciência e Orientação de Louco Ltda.

A você, leitor

De coração a coração estamos pedindo permissão, carinhosamente, respeitosamente, para entrar em sua casa mental, em sua moradia, em seu universo, em sua sagrada família, com esses conhecimentos, sabedoria e técnicas antigas e sábias que nos foram reveladas nos amanheceres e entardeceres no Mediterrâneo.

Medite, sinta, canalize.

E os portais estarão abertos porque você tem a chave e a permissão.

Que as forças amáveis, visíveis e as invisíveis desses universos maravilhosos o acompanhem em sua estadia nesse planeta azul e em todas as viagens eternas.

“Porque uma vez que a mente nasce, nunca mais morrerá.”

Então se prepare para isso, se eduque para isso.

E com a sensibilidade do beija-flor e a elegância das águias douradas, que as suas células se fortifiquem aqui, agora e sempre.

Porque você é o querer, o poder e o fazer. Pois você e sua mente maravilhosa são o querer, o poder, o fazer, o vencer e o viver.

Não tenha medo, nós sempre estamos aqui.

O amor e o respeito mais nobres a você e a toda a nossa sagrada família universal.

Ivan Trilha





ESCLARECIMENTOS PRELIMINARES

Nós, seres humanos, pensamos, sem, contudo, pensar em nossos pensamentos. Não costumamos nos ocupar com o que pensamos, como se não tivéssemos controle de nossos próprios pensamentos.

Sem dúvida, quando nos dispomos a formular qualquer apreciação sobre a importância do pensamento para o ser humano, o lugar comum passa a ser irrelevante.

J. J. Hurtak, presidente da Academia para Ciência Futura, autor de *O Livro do Conhecimento: As Chaves de Enoch, Pistis Sofia* e *O Fim do Sofrimento*, entre outros, afirma que o homem e o universo têm a mesma conexão. Basta conectar-se. Então o potencial máximo de cada pessoa se manifesta.

O motivo deste trabalho não é analisar a mente humana em forma abstrata, e sim elaborar um Método Prático que o capacite a fazer uso mais perfeito de sua mente, na medida em que isto permitirá ao leitor

movimentar energias mentais desconhecidas que, bem dirigidas, serão para você uma ferramenta que o levará a alcançar os objetivos que se propuser.

Preciso dizer também que todas as coisas que expresse aqui podem e de fato foram testadas, o que me permite afirmar que toda pessoa que executar o plano de trabalho que aqui enuncio, de forma consciente e metódica, verá melhorar gradativamente seu rendimento mental e se surpreenderá com a inusitada eficácia de sua força mental. Minha intenção e premissa fundamental é a de alinhar mente (leia-se pensamento) e energia. Ao lograr isso, tudo começa a fluir de maneira leve, tranquila, natural.

Longe de estar esgotando o tema, dou coordenadas iniciais para que cada um se lance no grande voo do Condor e da Águia Dourados.

E este é o objetivo desta obra; que cada um se apodere de sua própria mente, que assuma o controle de seus pensamentos.

O leitor que encarar sistematicamente esse método, poderá fazer as seguintes comprovações:

- As horas de vigília e meditação se tornarão muito mais fecundas e produtivas que antes.
- Verá aumentar notavelmente o que chamo de “capacidade de realização”.
- Sua memória será incrementada, bem como sua capacidade de concentração.

- A habilidade de dirigir ativamente o pensamento aos fins propostos lhe permitirá alcançá-los mais rápida e eficientemente.
- A capacidade de livrar-se de bloqueios mentais e de modelos pré-concebidos que emperam a criatividade, inclusive para solução de problemas, será aumentada.

AS FRONTEIRAS DA MENTE

Com certeza, as possibilidades da mente estão muito além das acima enunciadas, já que a energia psíquica parece escapar dos limites que a ciência tenta colocar a suas funções.

A parapsicologia tem demonstrado a realidade de fenômenos como a telepatia, ou faculdade de transmitir pensamentos à distância, a pré-cognição, ou aptidão de conhecer os fatos antecipadamente, a telecinesia, ou a capacidade de intervir na matéria por meio do pensamento, sem intervenção de meios físicos, e tantos outros.

Por isso não vacilo em publicar meu trabalho, com seus exercícios experimentais que superam em muito a mera disciplina mental, para ingressar na metapsíquica. É fato que existe muito para além da matéria. Hoje se constata, cientificamente, que a física quântica é um conhecimento a ser considerado ao lidarmos com nossa mente, com nossa energia.

É por este principal motivo que reitero a necessidade de alinharmos o pensamento à vibração (ou energia, como queira chamar).

Há muito deixei para trás os preconceitos de um materialismo racionalista, que pretende limitar o ser humano à função cômoda e totalmente superada de ser taxado de animal racional.

Os antigos maias expressaram de forma bela o Paradoxo Divino do ser humano, quando disseram: “... Somos em verdade filhos do barro, mas também somos filhos do céu estrelado.”

E precisamente, porque o ser humano é algo mais do que suas funções, seus poderes mentais são ainda hoje, em pleno terceiro milênio, motivo de assombro e polêmica. Saudável polêmica, já que o desenvolvimento maciço dos meios de comunicação ameaça produzir um “homem por fora”, isto é, um ser que, bombardeado pelos estímulos externos (publicidade, slogans, jingles, TV, Internet, etc.), perde por completo a capacidade de comunicação consigo mesmo e com a natureza.

Por isso, os que estudam o apaixonante e desconcertante mundo dos fenômenos psíquicos discutem se o ser humano perdeu certos poderes mentais que antes possuía ou se, ao contrário, o ser humano se encontra nos umbrais de uma mutação que o tornará dono desses poderes.

Eu não entrarei nessa polêmica, embora não duvide do fato de que uma importante transformação está acontecendo na humanidade de nossos dias.

Nesse sentido pretendo que este texto funcione como estímulo espiritual transcendendo os fins práticos imediatos, e atue como proposta para melhorar a qualidade de vida dos leitores.

PARA A MELHOR UTILIZAÇÃO DESTE TRABALHO

Não é meu propósito fixar normas acadêmicas para a utilização destas técnicas, ao contrário, sistematizei, simplifiquei e modernizei práticas milenares de modo que se tornassem acessíveis ao homem contemporâneo. Com certeza, devo ao menos dar alguns conselhos ao leitor para que tire vantagens e obtenha os melhores resultados esperados.

Minha linguagem é, na medida do possível, simples e destituída de tecnicismos inúteis, que apenas dificultariam a leitura e as práticas que propus. Não exijo do leitor conhecimentos de psicologia, mas o cumprimento dos passos na ordem que proponho. Isso não significa que deve evitar uma leitura completa prévia. Embora possível, é conveniente esgotar as possibilidades de cada passo antes de se lançar ao seguinte.

Peço desculpas ao leitor se algumas vezes parece como se eu colocasse em dúvida abruptamente suas capacidades ou seus conhecimentos, mas esse estilo

tem um objetivo preciso, que consiste em provocar uma tomada de consciência de certas limitações e condicionamentos que são inerentes ao ser humano moderno em geral, qualquer que seja seu nível cultural. Nossas mentes encontram-se estruturadas de tal forma que é preciso muita determinação e concentração para quebrarmos alguns paradigmas.

Por isso parti de uma análise de como funciona realmente essa ferramenta maravilhosa que chamamos de mente, geralmente muito abaixo de suas possibilidades totais.

A partir daqui, mostro certas práticas destinadas a alcançar níveis ótimos de rendimento.

O método se baseia precisamente nas necessidades de quem está imerso na agitada vida moderna, não exigindo para tanto nenhum tipo de mudança no modo de viver. Ao contrário, trata-se de melhorar esse modo de viver, alcançando as metas mediatas e imediatas que nos propusemos e iremos nos propor amanhã.





SERÁ QUE PENSAMOS REALMENTE?

Se o leitor superar o desejo de deixar de lado esta leitura por se sentir ultrajado, e se sentir curioso por ver “aonde quero chegar”, proponho alterar a pergunta: O que é exatamente pensar?

A esta pergunta posso dar várias respostas, a saber:

- Pensar é perceber.
- Pensar é ter consciência.
- Pensar é conhecer.
- Pensar é refletir.
- Pensar é colocar sua mente em circulação.
- Pensar é articular ideias, sentimentos, sensações, emoções.
- Pensar é o começo da sua conexão com o universo.

Pensar, sentir, meditar leva a um centro só, que é o seu eu interior, ao seu foco.

O pensamento é uma relação entre aquele que pensa e o que é pensado. Disso se conclui que não é nada fácil definir o pensamento em si mesmo.

Posso perguntar-lhe: Em que você pensa? E com certeza obterei uma resposta imediata. Mas não acontecerá o mesmo se o interrogar sobre como você pensa. Aqui, leitor, faça uma pequena pausa, feche os olhos e analise o que está sendo proposto.

Veja então que é problemático separar o pensamento do objeto pensado.

Quando você diz: “Penso no filme que assisti no sábado”. “Penso nas belas cores das flores que acabo de ver naquela vitrine”, isso não oferece dificuldades.

Tente agora fechar os olhos e afirmar mentalmente: Eu penso.

Você poderá comprovar que é difícil pensar o pensamento dissociando-o de qualquer objeto, no entanto, se o conseguir por um instante, você terá dado um grande passo à frente.

Em que consiste esse grande passo? Exatamente em que, por um instante maior ou menor, você obriga a sua mente a lhe obedecer.

Você subtraiu seu pensamento dos estímulos involuntários que o ocupam e o obriga a tomar consciência de si mesmo. E isso lhe terá deixado um ensinamento extremamente útil.

Quase nunca somos donos dos nossos pensamentos. Ao contrário, poderíamos dizer que nossos pensamentos são donos de nós. Nossa mente vaga errática e descontrolada sem obedecer a plano algum. Não há uma vontade que a obrigue e a domine. Na realidade, uma multidão de estímulos externos

bombardeia nossos sentidos e estes transmitem a informação à nossa mente. Esta recebe essas percepções e as “reconhece”. Assim por exemplo, ao passar na frente de uma casa com jardim, observamos as flores, tomando conhecimento de sua cor, sua fragrância, seu número, sua variedade. Entretanto, nosso processo mental não termina aqui. Ao contrário, memorizamos as circunstâncias em que vimos flores anteriormente e isso produzirá uma cadeia espantosa de relações. Preste atenção em suas emoções. Elas são a transcrição “ipsis literis” destas relações. Esse turbilhão que eclode dentro de cada um de nós é, basicamente, desencadeado pelo pensamento e seus agregados (as circunstâncias de determinado momento).

O objeto externo que você percebe detona essa “reação em cadeia”, que vale a pena ser profundamente estudada, posto que isso permitirá conhecer a fundo o funcionamento da sua mente, tanto suas virtudes, quanto seus defeitos.

É importante buscar o desbloqueio da mente. Durante sua vida você vem sendo “massacrado” com uma série de imposições, de “nãos”, de não pode, não deve, não faça. E isto foi se acumulando e criando padrões mentais que certamente em alguns momentos travam a leitura de novas possibilidades. Sair desta padronização e de pequenas ditaduras que nos são impostas requer um pouco de ousadia na forma de pensar. A ideia é a de buscar, para um determinado problema real, uma série de possibilidades, e não aquela

apresentada de pronto pela mente. Com uma boa concentração psíquica, somos os donos de nós mesmos!

A DESORGANIZAÇÃO MENTAL NOS LEVA
AO DELÍRIO E À RUÍNA

Embora os elementos a que me referi sejam simples em si mesmos, e conhecidos pelo leitor, sua análise é sumamente interessante e útil para o fim a que me propus, com uma só mente, com um só coração, nosso propósito maior é o de reorganizar e reeducar nossas mentes.

Você caminha pela rua e observa uma garrafa quebrada. Sem que você tenha consciência, esse fato sem importância desencadeia um processo mental:

“A garrafa quebrada é identificada por você como pertencente a uma marca de vinho..., esta traz à sua memória a publicidade desse vinho na TV, sua mente se ocupa agora da propaganda, essa propaganda que sempre passam quando você vê tal série ou tal telenovela. Ou seja, dali em diante, você esqueceu que a origem de tudo isso foi a garrafa quebrada. Essa reação em cadeia dos pensamentos pode levá-lo a qualquer parte e, de fato, pode preencher um livro inteiro com a interrelação que vai se estabelecendo.”

Observe você o processo: da garrafa quebrada à marca do vinho, daí à propaganda, e dessa à série ou telenovela, e continuando. O processo de

divagação mental vai romper-se quando um dado de maior interesse atrair a atenção da sua mente, iniciando um novo processo.

Você pode experimentar por si mesmo essa associação em cadeia dos pensamentos ou de ideias. Preste atenção, também, nas emoções que surgiram dessa associação ou desse pensamento.

Como as luzes das sábias catedrais, a emoção do aplauso nos teatros e dos noivos na solidão passageira quando fazem seus juramentos, a estética do artista astro-rei e a meditação infinita dos mares e dos rios azuis que, com seu silêncio, nos falam de mil amores de verão passageiros que se vão e do nosso mundo mental não se apagam nunca mais. Sai do mental, e entra nas emoções, é quando fica a secreta linguagem do sublime coração, que todo dia silenciosamente joga cascatas de sangue em forma de águas sublimes para nos depurar. E sempre o coração nos dita que nós existimos. E quando não tivermos absolutamente nada, o mundo mental estiver fracassado, o seu coração lhe diz, eu estou aqui, quando tudo lhe faltar, resta você mesmo. Sempre tem a última opção, é você mesmo. A mente trai. Mas o coração apoia. O coração é luz infinita, o coração é luminoso. É um grande tesouro preservar a linguagem do coração, tomara que ela continue. O coração não participa

de nenhum processo de julgamento. Ele é solitário como o poema sagrado.

Dizia o poeta: não me pergunte de onde venho nem para onde vou. Sigo o rumo do meu coração. Que todos os caminhos o levarão ao seu centro. Levarão a você mesmo.

Há mentes que vagueiam mais e outras menos, mas o processo é comum a todo pensamento. Além disso, deve ficar claro que não podemos pretender criar uma mente dura e rígida que substitua nossa simpática e eficiente mente “sonhadora”. Na realidade se trata de obter um maior rendimento dessa fabulosa capacidade que, entre outras, o nosso pensamento possui.





EXERCÍCIO Nº 1: OBSERVAÇÃO

Antes de fazer os exercícios, para que eles funcionem, você deve jogar fora tudo o que é velho, por exemplo, papéis velhos, móveis, roupas que não lhe servem mais. Abrir tudo para que tudo seja ventilado, para que fique leve. Tudo aquilo que lhe sobra, alguém está esperando na rua. Não tenha medo do desapego. Dando tudo, você está abrindo espaço no seu canal mental para que entre o novo. Nós fomos educados para fechar tudo. A lei da vibração positiva é abrir. Que circule também o seu dinheirinho. Dê um pouquinho para alguém que necessita, começando por aqueles que estão próximos de você, na sua casa. Essas mentes vão ficar trabalhando a seu favor. E esse é o segredo de dar e receber.

As plantas sentem, os animais, tudo come, tudo dorme, tudo fala. As casas falam. A música fala, os quadros falam, os livros falam.

Os livros que você já leu, os cadernos, enfim, tudo o que sobra para você, faz falta para o outro. É a eterna lei da transmutação e da mutação.

O exercício que estudaremos a seguir não só implica melhorar sua capacidade de observação, mas também de fato constituirá a primeira “rédea” que você colocará em sua mente caprichosa e errante. As possibilidades são indefinidas. Elas não pertencem a nenhum governo, a nenhum dogma, nada. Só pertencem a você mesmo.

O mundo o espera aqui e agora. Renovado, equilibrado, focado, determinado, sem medo de ser feliz e livre. Todas as janelas e as portas em um determinado momento se abrirão para você. Sinta isso, imagine isso e crie isso, suavemente em seu vasto poder psíquico interior. Comece a treinar agora. Entre em campo. O jogo é seu e você é o seu técnico. O grande segredo está em falar consigo mesmo em silêncio. A possibilidade de se libertar do passado também está em você. Amorosamente sinta isso agora. Deixe entrar isso em você, deixe fluir isso em você. Porque fora da sua casa mental e de seu templo maravilhoso, que é o seu coração, pode haver grandes abismos. Se saiu fora de si e mostrou o mistério do coração, está no mundo dos abismos. Cuide-se, ame-se, vigie-se, e se respeite.

VOCÊ SABE OBSERVAR?

É claro que imediatamente você buscará em sua memória uma imagem qualquer, por exemplo, aquele

automóvel, ou mesmo uma mulher que lhe foi apresentada há dois ou três meses. Lamentavelmente, não se trata disso. Todos nós, ou quase todos, possuímos capacidade para observar aquilo que por uma ou outra razão nos interessa.

Seu Eu superior lhe forneceu essa maravilhosa ferramenta que se chama MENTE e não obrigou a prestar atenção ou a observar o automóvel, a mulher ou o conteúdo da novela que o empolgou. A mente errante se deteve em qualquer um dos objetos mencionados, por sua própria vontade, e não pela vontade do Eu superior.

Vejamos agora o exercício que proponho:

Tome um objeto qualquer, possivelmente aquele que possui para você o menor interesse, porque se trata de sua mente cumprir uma tarefa ordenada pelo Eu superior. Um lápis, uma folha, uma fruta, um livro – qualquer um deles servirá ao fim que nos propomos.

Observe esse objeto minuciosamente em todos seus aspectos - cor, tamanho, peso relativo, temperatura, textura. Perceba quanto demora a alcançar a temperatura de sua mão pela transmissão de seu calor.

A duração deste exercício pode ser aproximadamente de uns cinco minutos, e é conveniente que, enquanto durar a observação, você se sente comodamente evitando toda postura rígida.

É preciso saber que existe uma tendência a “acompanhar” todo esforço mental com certa tensão de origem muscular, e isso não só não ajuda mas também

dificulta a concentração. Não franza as sobrancelhas. Não se agarre ao objeto, nem o aproxime dos olhos. Não adote uma atitude forçada. Demasiadas vezes guardamos a imagem falsa de quem faz uso de seus poderes mentais com uma atitude de alucinado, com os olhos desorbitados e as pupilas cravadas sobre aquilo que ocupa sua atenção.

Cumprido o prazo que se havia fixado, proceda a cerrar os olhos e memorizar os elementos observados no objeto escolhido. Evidentemente os itens a serem memorizados serão os destacados acima. Tudo isso deve ser feito sem esforço algum – é uma atividade calma, tranquila e relaxada. Uma vez esgotados os elementos memorizados, volte a fixar a atenção no objeto escolhido, tentando descobrir aquilo que com certeza deixou passar.

Esse exercício pode ser feito diariamente, e seus resultados surpreendentes são observados quando você descobre que sua retenção melhora e que, mesmo não intencionalmente, você consegue com menor esforço e em menor tempo dirigir sua atenção em determinado trabalho.

Após umas duas semanas de exercícios diários, tente à noite fechar os olhos e memorizar a diagramação e o conteúdo do jornal que leu de manhã. Você verá que, não só se lembra da ordem e da posição das manchetes, como também sua memória,

aguçada pela observação, retém comentários, notícias ou pequenos avisos publicitários que não se lembrava de ter notado.

Isso demonstra que as capacidades mentais, tais como a atenção, a memória e a observação, podem ser educadas ou aprendidas.

Assim chegamos a outra importante conclusão: diante de uma vontade serena, constante e dona de si mesma, a mente se torna uma dócil e eficiente ferramenta do nosso Eu superior.

MODO DE SER, MODO DE PENSAR

O que propus ao leitor é uma tomada de consciência progressiva que lhe permite fazer uso mais pleno e criativo das enormes possibilidades que se abrem para quem utiliza sua mente com eficácia. Ao praticar essa utilização mais eficaz da mente, podem ocorrer mudanças também na sua postura e nas suas atitudes frente à vida.

Portanto, pode ser interessante nesse momento fazer uma comparação entre o errar de nossa mente, ao que já me referi, e o modo em que encaramos nossa existência. É evidente que todo ser humano desenvolve sua vida sobre a base de certos objetivos mediatos e também de outros imediatos. Algumas pessoas se propõem obter dinheiro em abundância, enquanto que para outras, o fim ao qual dirigem seus esforços é obter prestígio e reconhecimento. Um desejará, talvez,

viver uma vida plena e ditosa junto ao ser amado; enquanto outro anseia por alcançar êxito na carreira que escolheu.

Qual é o segredo para alcançar e cumprir nossos propósitos? Talvez o leitor me responda que é necessário definir os objetivos, conhecer sua natureza, antes de falar do tal “segredo”, se é que existe.

Eu afirmo que existe um elemento comum, embora os objetivos sejam tão díspares como os que acabei de mostrar. E posso dar exemplos para provar essa afirmação. Pensemos nas seguintes personalidades:

- Um cientista que ganhou o prêmio Nobel.
- Um artista que após anos de árduo trabalho recebe o reconhecimento do público.
- Um empresário que alcança um grande poder social e econômico devido ao seu esforço pessoal.

Sem dúvida são personalidades distintas entre si e até mesmo opostas. Basta analisar suas vidas para constatar que o segredo foi a constância na obtenção dos fins propostos ou dos objetivos escolhidos. Todos eles pensaram na direção proposta, ou seja, souberam dirigir sua mente concentrando-se em um objetivo definido. Em síntese, pensaram de maneira positiva e eficaz, o que já garante pelo menos 90% de uma ação pontual, assertiva e vencedora. Também conseguiram limpar de sua mente todo pensamento ou atividade que não fosse fundamental para a obtenção das metas estabelecidas. Eles, simplesmente, alinharam seu pensamento,

sua vontade, com sua vibração, canalizando esforços para um determinado fim.

Talvez o cientista tenha escrito algum romance, tal como o faz o grande astrofísico Fred Hoyle que, além de cientista, é autor de vários livros de ficção científica. O mesmo faz Isaac Asimov.

O empresário pode ter sido, ao mesmo tempo, um apaixonado colecionador de obras de arte. Talvez o artista aclamado pelo seu público seja ao mesmo tempo um homem que conciliou sua arte com uma atividade tão díspar como a de carpinteiro, como é o caso de Luis Arata, que confeccionava móveis de estilo.

Conforme pudemos observar, foram pessoas que, apesar de estarem envolvidas em outras atividades, não perderam o foco de seus objetivos. Cada um deles vibrou numa direção fundamental.

No caso de Fred Hoyle e de Isaac Asimov, quando escreviam ficção, sua temática era abordada de um ângulo distinto, mas afinado com suas pesquisas.

A Luis Arata não interessava fabricar móveis, e sim recriar estilos clássicos como forma de expressão personalíssima. Nosso empresário amante da arte, além de cercar-se da beleza das obras que adquiria, devia pensar nelas, também, como forma de investimento, o que, certamente, incrementaria seu patrimônio além de demonstrar aos outros seu bom faro para os negócios.

Poderíamos comparar o pensamento dos vencedores, daqueles que conseguem realizar suas ideias,

com os raios de luz que, ao atravessar um cristal convergente igual a uma lupa, concentram-se num ponto e queimam rapidamente uma folha de papel.

Os feixes de luz que normalmente não conseguem sequer elevar a temperatura normal de uma folha de papel, quando adequadamente concentrados, transformam-se em uma poderosa fonte de energia.

Assim funciona nosso pensamento. Um pensamento disperso não é eficaz. Carente de concentração, débil, sem uma clara visão dos objetivos que se propôs, a mente humana se torna fácil presa de qualquer estímulo externo, por mais trivial que seja. A mente humana só é a mais poderosa e eficaz ferramenta com a qual o homem pode contar, quando dirigida pela vontade do Eu superior. Assim ela é capaz de operar milagres. De nada adianta pensar em uma nova casa, por exemplo, e continuar energeticamente e intimamente ligado à antiga e à falta de recursos para comprá-la.

A proposta dessa obra pode ser comparada à lupa que faz convergir a energia mental num ponto, evitando a dispersão. E exige de você apenas a sua sublime sintonia, com você e com as leis douradas desses universos tão generosos e bondosos conosco. A sua energia mental também pode ajudar harmoniosamente o reflorestamento do planeta, a educação das crianças do futuro, a alimentação naquelas bocas em que a abundância não chega e o que mais dignifica o homem, o trabalho. Conclusão: alimentação, saúde e

educação, o triângulo perfeito para todos os habitantes desse planeta. Essa programação psíquica é decretada também para os líderes do futuro.

Agora volte ao seu silêncio, renove-se mentalmente e não esqueça: você tem direito de entrar na casa da prosperidade e da felicidade também.

TRANSFORMEMOS O CAMINHAR ERRÁTICO EM PASSEIO

Mostrei como a mente se lança ao movimento errático diante de um estímulo qualquer, formando verdadeiras correntes de pensamento que, saltando de uma ideia a outra, conduzem nossos pensamentos por meio de uma “cadeia” de “ideias” a lugares muito diferentes dos quais havíamos partido.

Disse também que essa extraordinária flexibilidade não é em si mesma um defeito, e sim que tem sido de grande utilidade ao ser humano em seu desenvolvimento cultural.

Antes de passarmos ao segundo exercício, vejamos como aproveitar essa característica mental de saltar de uma ideia a outra até um fim determinado. Tomemos um exemplo simples:

Dois homens saem a andar pelo campo. Ambos tomam caminhos diferentes deslocando-se em direções opostas. Os dois caminham lentamente e sem pressa, detendo-se por momentos e observando aspectos da paisagem que se descortina diante de seus olhos.

Ao cair da tarde, retornam ao lugar de onde partiram. Embora o passeio tenha tido a mesma duração e a caminhada feita no mesmo ritmo, constatamos que o resultado obtido por cada um deles não é o mesmo.

O primeiro foi vagueando sem um objetivo determinado e voltou ao ponto de partida sem nenhum enriquecimento mental. Já o segundo partiu não só disposto a desfrutar da caminhada, como também com o objetivo de analisar as diferentes espécies de vegetação local, bem como sua topografia. Ao retornar, sabe mais do que ao partir. Seu tempo foi plenamente aproveitado sem que houvesse detrimento ao prazer de passear.

Do mesmo modo nossa mente pode se lançar a uma dessas cadeias de associações as quais chamamos vaguear, ou aproveitar esta faculdade de associação dirigindo-a para um determinado fim.

Somos o que pensamos. Somos nós mesmos. Nossa mente é a antena receptora mais preciosa do planeta. Cuide dela e dedique cinco minutos de sua existência a fazer um passeio por dentro de você mesmo. Você vai ver que maravilha. A grande verdade é que estamos todos aqui passeando. De quando em quando não esqueça de dar férias ao seu mundo psíquico. O ideal é que cada um, com sua sensibilidade, esteja aqui no planeta estudando, amando, criando sua família, em qualquer sintonia, no mar ou na montanha, no teatro, em casa ou numa grande capital de pedras,

sempre tomar isso levemente, suavemente, como um belo passeio. Diga não, aqui e agora, ao estresse, ao pesado da sua mente. Faça a grande terapia de cuidar das plantas, e seus aromas. Escutar o canto dos pássaros e a ternura dos animais, e se possível dê uma comida para eles. Todos eles estão o ajudando a se curar. É uma troca. E deixe também entrar nessas feras mentais as sinfonias musicais que estão todas aí para curá-lo. Tudo que você der de coração a coração, às plantas, aos animais, aos seres, às águas, aos sons musicais, voltará multiplicado. Não esquecendo de pedir permissão à genética dos seus amados pais. E estar consigo, falar com seus órgãos e movê-los e dar um presente ao seu corpo físico, também é uma bela terapia.

