

## Aceitação

Todos nós queremos divertir-nos, aproveitar. O mais divertido de tudo é estar vivo. Nem toda a gente entende isso, porque somos apanhados no que é “divertido”, o que é a vida e como isso deve ser definido. E, de repente, encontramos-nos a lidar com o que está a acontecer à nossa volta, em vez de desfrutar.

Conviver é totalmente diferente de desfrutar no sentido mais verdadeiro. Não estou a falar de festas e balões, mas de uma coisa tão essencial para um ser humano — o divertimento do coração.

As pessoas dizem: “A vida é terrível. Se achas que a vida é divertida, se achas que a vida é alegria, então precisas de verificar a realidade.”

Qual é a tua realidade? A minha convicção, o meu entendimento é que, de todos os dias nesta vida, se estiveres satisfeito apenas um dia, então esta vida valeu a pena. Se fosse apenas seis horas, três horas, uma hora, um momento, um segundo em que foste capaz de entender aquilo que te foi dado — esta vida já valeu a pena. Não podes entender o que te foi dado até que tenhas aceite isso a partir do teu coração. Vê o que recebeste na sua completude. Mesmo que seja só por um segundo, é tão belo, tão precioso, que é realmente suficiente.

Quando o chamamento interior vem, quando o coração diz: “Sente-te preenchido”, nós ignoramo-lo. Achamos que não é suficientemente significativo ou dizemos: “Não tenho tempo para isso.”

Pensamos que, como esta respiração sempre aconteceu, irá continuar a acontecer, e que nunca acabará. Desculpem, mas acabará. E a humildade que isso evoca é tão surpreendente. Não é como um martelo a cair. É uma linha fina. Um dia tenho que partir. E quando isso se torna numa certeza, o valor deste tempo, desta vida, desta respiração torna-se claro.

Não é sobre o começo ou o fim da vida. É acerca desse dia, desse minuto, desse segundo, em que és tocado pela pura alegria, a pura realidade, que reside em ti vinte e quatro horas, todos os dias da semana e que nunca te abandona. Onde quer que vás, quem quer que sejas, a dádiva continua a chegar até ti. Tudo o que precisas de fazer para corrigir o teu mundo é aceitá-la. É só isso. Não precisas de o fermentar, de o remodelar, cortar, lavar, emoldurar.

Sabes qual é a maior forma de adoração? A aceitação. Nessa aceitação, nesse entendimento, a clareza começa a surgir, não a confusão. O que chega com a alegria é a clareza. Essas coisas fazem par. A clareza faz par com a alegria, não com a confusão. A confusão vem com a dúvida, a ira, o medo — todas as coisas de que não gostamos e de que não sabemos como nos livrar.

O que está a ser oferecido não é apenas sentir essa alegria por um momento — o que seria suficiente, mas sentir isso sempre que quiseres. Não há dúvida de que sempre que te voltares para dentro — seja o teu último suspiro ou não — serás recompensado com a alegria, com paz.

O que é que desejas? Olha para o teu coração. Não mudou. Podes ter ficado mais velho, mas o teu coração não mudou. O que desejaste quando eras muito pequeno, ainda hoje o desejas. E não são os brinquedos. É a alegria de estar vivo — acordar, querê-la, agarrá-la, aceitá-la sinceramente.

Quero que na tua vida sintas esse sentimento de realização. É apenas isso. Não estou aqui para te confundir ou dizer que tudo que sabes é lixo. Não estou aqui para te dizer que deverias seguir uma religião ou não seguir. Faz o que tiveres que fazer. Mas de todas as coisas que fizeres na tua vida, faz também esta: sente-te preenchido. E de todas as coisas que fazes, faz isto também: aceita o presente que te foi dado com tanta abundância.

Esta respiração — aceita-a. No dia em que o fizeres, esse será o ato mais incrível de adoração que alguma vez terás feito. O teu coração será preenchido instantaneamente com gratidão. E quando o teu coração está cheio de gratidão, não há maior paraíso à face desta Terra. O tempo pára, as preocupações desaparecem. O coração está cheio de gratidão. O coração é o melhor. Ele trar-te-á de volta para casa.

- Prem Rawat