

## O melhor presente

Neste mundo, cada um tem uma ideia diferente sobre a paz. Para alguns, a paz é quando os países param de lutar, ou quando o vizinho está sossegado, ou nas manhãs de domingo quando não há trânsito, ou quando o sol nasce e os pássaros começam a cantar.

Deixa-me falar-te sobre uma paz que não está limitada por definições, que não é exterior. Exteriormente todos gritam: “Isto é o que é importante. Isto é o que é importante.” Houve uma altura em que a única coisa que era importante era o que sentias dentro de ti — o desejo de estar contente que é tão inato e fundamental. Mesmo se a tua mãe ou o teu pai dissessem: “Está quieto”, choravas porque tinhas necessidade de alguma coisa. Quando essa necessidade era satisfeita, ficavas bem.

Na minha vida, quero sentir alegria, contentamento, exactamente como aquela criança. Hoje, muita coisa se interpõe entre mim e esse contentamento, essa simplicidade, essa beleza. Ninguém mo impôs, fui eu que permiti. Preciso de ver claramente quem sou. O meu desejo pela paz tem que ser cristalino todos os dias. Nada se pode interpor entre isso e aquilo que sinto. O meu coração está a dizer-me: permanece contente. Isto é uma viagem. Vieste. Estás a dançar, a mover-te, a ver, a pensar, a sentir. E um dia, tudo isto deixará de acontecer.

Aproveita o tempo que tens — não de uma maneira artificial, mas no verdadeiro sentido. Não para dizer: “Vê o que eu tenho”, mas sim “Olha o que eu descobri.” Descobre aquilo que já existe dentro de ti.

Falo sobre as nossas semelhanças, não sobre as nossas diferenças — sobre a sede do coração que é a mesma em cada ser humano. Percorri o planeta muitas vezes e nunca encontrei nada chamado “o mundo.” Só encontrei pessoas. Isto é quem nós somos. Nós somos este milagre em movimento, este milagre que dança — o milagre de todos os milagres.

Queres saber de um milagre? Tu és um milagre. Em ti entra a respiração que é o beijo do Criador a tocar-te, trazendo-te a vida. A vida é a magia que te permite ver, ouvir, sentir, pensar, sorrir, ser e sentir felicidade, alegria e paz.

A paz está à tua procura. Estás à procura da paz? Isto não é coincidência ou imaginação. Tem que ser real. A paz tem que ser sentida.

As pessoas dizem: “Isso não é egoísmo?” Apreciar o nascer do sol é egoísmo, por a alegria do nascer do sol estar dentro de mim? A felicidade é egoísta? Quando um bebé sorri, é egoísmo? Qual é a avó, a mãe ou o pai que acha que é egoísmo quando o seu bebé pequenino se aproxima e lhes dá um grande

abraço e um beijo? Isso não é egoísmo. “Ah, ele beijou-me. Ele veio ter comigo!”

Da mesma maneira, a respiração vem e abraça-me. Abraço-a também e sinto gratidão. Quando o coração está cheio, existe gratidão.

Na tua vida, permite-te sentir paz, estar cheio de gratidão. Desembrulha aquilo que te foi dado — um presente que não abres há muito tempo. É sobre ti — a tua viagem, o teu navio, o teu barco neste oceano. Não importa quão jovem ou idoso sejas, é altura de abrir o maior presente de todos.

-Prem Rawat