

## Uma coisa que posso mudar

Não é um objectivo impossível ter paz nesta vida. É muito, muito possível. É para isso que aqui estamos — para aprender, para crescer, para entender e fazer da paz uma realidade.

Estás vivo. Vive. Qual é o anseio básico que te foi dado? Escuta-o. Escuta essa necessidade, então poderás cumpri-la. Entende aquilo que está a dizer — como se está a dirigir a ti. Mas primeiro, sabe o que é. Qual é a coisa mais importante para ti?

A menos que a necessidade mais básica e fundamental seja satisfeita, todas as explicações e ideias sobre a paz podem estar presentes, mas qual é o objectivo?

Há uma sede de paz porque essa sede pode ser saciada. Se não houvesse maneira de saciá-la, não sentiríamos a sede. Mas há uma maneira de saciar essa sede. Sacia-a. Cumpre esta vida. É isso que é importante. É por isso que estamos aqui. Estamos aqui para dar mais um passo em direcção à consciência, em direcção à clareza, para longe do nevoeiro.

Necessito de entender a paixão do meu coração. Quando o coração está cheio do mais belo sentimento, a sede é saciada. Cada momento é importante. Não precisa de haver caos. Há uma simplicidade, uma alegria. A vida não precisa ser questionada. Existe uma resposta.

Isso é algo que cada um de nós tem que fazer. A quem mais podemos recorrer? Tens de entender que esta é a tua vida, e podes fazer a alegria e a beleza acontecerem todos os dias. É realmente muito fácil.

Muitas pessoas acham que isso só pode acontecer se mudarem o mundo à sua volta. Acham que precisam de mudar os seus filhos e, quando quase o alcançaram, o filho saí de casa. Então pensam: “O que é que mais posso mudar? Vou arranjar um emprego de que realmente goste.” Finalmente encontram um emprego de que realmente gostam e, então, percebem que aquilo de que realmente gostam é dos dias de folga do emprego. Então dizem: “Talvez o que eu precise de fazer seja reformar-me.”

À espera — pensa em todas as coisas pelas quais as pessoas estão à espera. Não precisas mais de esperar. Não precisas de mudar todas essas coisas à tua volta. De qualquer maneira não consegues, porque quando realmente tentas mudá-las, elas tentarão mudar-te a ti. E quando elas o fizerem, não vais gostar.

Percebi que não posso mudar tudo, mas há uma coisa que posso mudar. Só preciso de mudar a minha lista de prioridades. A mudança tem que vir de dentro de mim. É por isso que estou a dizer que é fácil. Não precisas de deitar nada fora, apenas de reorganizar. De todas essas coisas que tomaram a prioridade, coloca a prioridade de estar contente no topo. É só isso.

Sim, podes estar satisfeito. É isso que é importante. A maior prenda que podes dar a ti mesmo é a prenda da alegria, a prenda da paz. Isso é o melhor. E cada passo conta

em direcção a conheceres aquela coisa pela qual anseias — que a tua vida seja preenchida.

- Prem Rawat