Propósito

Você já se questionou sobre o que veio fazer no mundo? Com o livro Propósito, a Coragem de Ser Quem Somos, você vai aprender a pensar sobre esse assunto e sobre os fatos da sua vida que podem estar impedindo-o de seguir o seu caminho.

Propósito foi escrito pelo mestre espiritual brasileiro, Sri Prem Baba. Segundo ele, toda criança nasce sabendo qual é o seu propósito e continua com ele até a juventude. Aos poucos, porém, passamos a acreditar nas vozes externas que insistem em colocar dúvidas em nossos sonhos.

Em um certo momento, nos damos por vencidos, até nos esquecermos de vez do que alimenta o nosso coração e passamos a viver os sonhos dos outros.

O livro Propósito afirma que a fundação da nossa personalidade acontece nos sete primeiros anos de vida. Assim, as crenças instaladas nesse período vão nos influenciar pelo resto dos nossos dias.

Resumo do Livro

Você conhece o seu propósito?

Com que frequência pensa nele? Sabe para onde está indo? Tem certeza do que anda fazendo?

Essas são perguntas que nem sempre fazemos, mas que deveríamos. Afinal de contas, todos ocupamos um espaço nesse mundo e devemos ao menos saber o que estamos fazendo aqui.

O Mestre Sri Prem Baba traz neste livro reflexões importantes e profundas a respeito do tema.

Se você gostaria de entender ou rever alguns aspectos da sua

vida e/ou se questionar se está vivendo uma vida que vale a pena ser vivida, fique a vontade e seja bem vindo. Essa leitura é para você!

A maldade

O autor do livro Propósito afirma que a criança aprende bem cedo que é uma vítima das circunstâncias externas. E junto com isso ela aprende também que precisa se defender, criando vários mecanismos de defesa e adquirindo condicionamentos e crenças limitantes.

Tais mecanismos são limitantes, explica Sri Prem Baba, porque, ao mesmo tempo em que servem para proteção, geram separação e esquecimento. Ele define esses mecanismos de proteção como "natureza inferior", "eu inferior" ou "maldade".

Além disso, o livro Propósito orienta: abra mão das expectativas em relação aos seus filhos. Isso porque, se você não tem consciência das próprias carências, inevitavelmente, vai querer moldar os filhos de acordo com suas expectativas.

Por exemplo, caso tenha sido humilhado, é bem provável que, estando numa posição de autoridade diante da criança, você acabará abusando desse falso poder. Assim, você acaba reeditando a sua história por meio da criança e transmitindo para ela as suas maldades.

Ou seja, muitas vezes você pensa que está amando o seu filho, mas está apenas tentando resolver o seu próprio problema e dramas.

Seus vícios podem esconder repressões

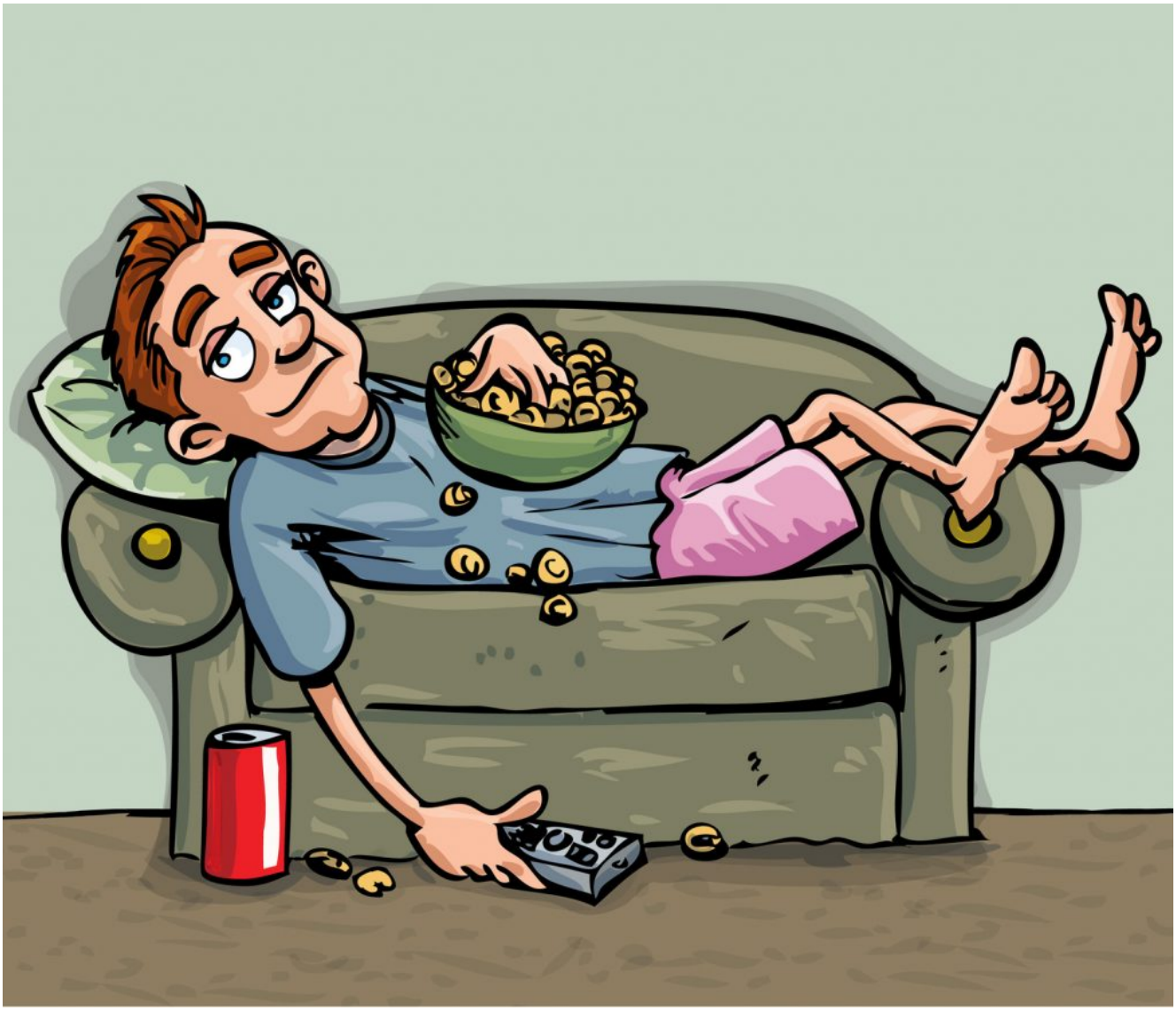
O mestre espiritual Sri Prem Baba, alerta: se você possui algum tipo de vício, examine-os com cuidado. Eles podem estar

mascarando sombras do seu eu que precisam ser resolvidas.

Os principais “amortecedores” que impedem o despertar da consciência são o sexo, o dinheiro e a comida. A compulsão, por exemplo, é uma das manifestações da impulsividade. Não importa se é compulsão por comer, comprar, falar ou transar.

Na base disso tudo está uma carência, um vazio existencial que não se preenche pelo excesso das coisas. Quando a compulsão não é atendida, cria-se uma ansiedade que precisa ser tratada para se interromper o ciclo vicioso já instalado.

A preguiça também mascara algo



A preguiça se manifesta de forma passiva ou ativa. Na forma passiva, a pessoa não consegue fazer o que tem para fazer. Às

vezes, nem consegue sair da cama, desdobrando-se em depressão.

Na forma ativa, a pessoa faz muitas coisas, menos aquilo que realmente precisa ser feito. Acaba se tornando um workaholic por procrastinação.

Outros comportamento, segundo o autor, que podem esconder dramas são:

- Distração: é quando você não consegue colocar a alma naquilo que está realizando;
- Orgulho: é um condicionamento de falsa superioridade para gerar proteção;
- Vaidade, soberba, timidez, complexo de inferioridade ou superioridade, vitimismo e falsa humildade.

Em suma, qualquer tipo de vício ou maldade nasce de uma carência.

Sofrer para ser feliz é autossabotagem

O livro Propósito contesta a crença popular de que, para ser feliz, você precisa sofrer. Segundo o autor, essa crença se desdobra de diversas maneiras, entre elas:

- Com a ideia de que você precisa trabalhar e se esforçar muito para tirar um dia de folga.
- Que você precisa se sacrificar bastante, para um dia poder relaxar, porque desfrutar da vida é coisa de vagabundo.
- Que para ser uma pessoa espiritual, você precisa fazer votos de pobreza.
- Que o propósito da alma só pode ser realizado por meio de um trabalho social, de caridade ou de alguma profissão que lide com assistência ou bem-estar humano.

Mas o mestre rebate tudo isso, afirmando, por exemplo, que você não precisa conquistar o mundo para ser feliz. E mais, você pode ser feliz agora e não precisa necessariamente fazer caridade ou ser professor de yoga para viver a felicidade etc.

Confiança é a base da prosperidade

Geralmente, a pessoa que mais tem medo de não receber é aquela que menos consegue dar, afirma o autor do livro Propósito. O medo faz com que ela não confie que irá receber de volta o que tem para dar.

Esse é um dos sintomas do medo da escassez, que é um desdobramento da falta de confiança.

Quem não confia, não ama, pois, a confiança é como uma ponte para o amor. Se o relacionamento estiver contaminado pela desconfiança, mesmo que seja por uma pequena porção dela, o crescimento do amor ficará comprometido.

A origem da falta de confiança

A mãe é, sem dúvida, o maior símbolo da confiança, afirma Sri Prem Baba. Hoje em dia, a Ciência prova que a criança recebe todos os impactos do ambiente ainda na barriga da mãe.

Aliás, garante o livro Propósito, isso ocorre não somente no entorno, mas também do mundo psicoemocional da mãe, com todas as suas dúvidas, medos, alegrias e tristezas. Às vezes, o leite chega com sabor de rejeição, impaciência e raiva; e às vezes o leite não chega.

Nesse contexto, as crenças começam a ser formadas e o medo da escassez dão os primeiros sinais em nosso sistema. Isso quer dizer que o medo da escassez não se relaciona somente com o dinheiro, mas também ao medo da falta de carinho, acolhimento e amor.

Pelo fato do contato com a mãe ser tão determinante para a formação da base da autoconfiança, o autor sempre enfatiza a necessidade de reconciliação com o feminino, não somente na forma da mãe, mas também na forma da natureza, do corpo humano e das mulheres em geral.

Confiar de novo…

No livro Propósito, Sri Prem Baba chama a atenção para a necessidade de você reaprender a ter confiança. Isso mesmo, reaprender. Afinal, todos nós nascemos confiando e assim seguimos até o momento em que nos ensinam a sentir medo.

O medo é como um supervírus. Não existe um remédio específico e o tratamento é difícil. Mas, muitas vezes, você dá um passo em direção à confiança e diz: “Ok, eu vou confiar!”

Então, depois disso, você resolve seguir os comandos do seu coração. No entanto, pode ocorrer um retrocesso, se alguma coisa não sair do jeito que você planejou. Mas, a verdade é que faz parte do aprendizado da confiança correr riscos.

O perdão

Sri Prem Baba garante: enquanto você não perdoar a sua mãe, não perdoará o feminino, e, se não perdoar o feminino, seguirá

destruindo o planeta e a sua própria vida.

Quando você se reconcilia com o feminino, por meio do perdão, o medo deixa de ter poder sobre você e o ódio também se torna impotente.

Além disso, se a sua consciência está identificada com a sombra dos seus pais, inevitavelmente você sente a dor da carência e ela traz outros sintomas: ciúme, inveja, competição, impotência, avareza e todo tipo de miséria.

Então, se você quer seguir pelo caminho do autoconhecimento e da autorrealização, o autor sugere fazer a si mesmo algumas perguntas importantes:

1. Quando perdi a confiança? Quando passei a duvidar e a ter medo?
2. Como posso voltar a confiar?

As suas respostas podem ajudá-lo a traçar o mapa das crenças que dão sustentação a seus medos.

Seu sucesso está na alma e não no ego

O verdadeiro sucesso diz respeito à realização do propósito da alma, mas a maioria das pessoas acredita que o propósito está na realização do ego. Segundo o livro Propósito, essa noção equivocada também nasce da carência afetiva.

Para o autor, o ego é importante, mas nós não somos o nosso ego. Ele é, na verdade, um personagem. A ele damos o papel de protagonista da história da nossa vivência terrestre. E esse personagem é importante para que vivamos as situações e absorvemos os aprendizados.

Entretanto, nós não somos esse personagem, mas sim o ator que

interpreta esse papel, ou seja, o espírito.

Se no desenrolar do enredo da vida, os desejos do personagem começam a virar um fim em si mesmo, o sucesso do ator, que é realizar o propósito da alma, geralmente é comprometido.

O livro Propósito e o caminho para libertação

O caminho da liberdade que nos leva à autorrealização acontece pela ação desinteressada. Ou seja, ela possibilita que deixemos de produzir reações e, consequentemente, que nos livremos dos condicionamentos

Isso só é possível quando nossa ações – o karma – e o nosso propósito – o dharma – estão alinhados. Isso quer dizer que nossas ações devem corresponder ao que de fato viemos fazer aqui.

Quanto mais alinhadas estiverem com o propósito maior, mais

efeitos positivos nossas ações causarão e mais consciência elas trarão ao planeta. Afinal, o propósito da alma individual está diretamente ligado ao dharma e ao karma coletivos.

Em última instância, portanto, a espiritualidade é sinônimo de desapego.

Então, você curtiu o resumo do livro Propósito, do mestre Sri Prem Baba? Acesse o microbook, no 12min, para você se aprofundar um pouco mais no assunto. Essa é, sem dúvida, uma obra imperdível!

7 frases inspiradoras do mestre Sri Prem Baba

Continue aprendendo

Nós temos certeza que você aprendeu muito com o mestre Sri Prem Baba, mas é preciso se manter no caminho do crescimento e do autoconhecimento. E, nesse caso, os livros serão sempre seus fortes aliados.

No 12min, a sua plataforma de desenvolvimento pessoal, você encontra microbooks das mais fascinantes obras e renomados autores. Elas estão em diversas categorias, como Estilo de Vida, Motivação, Comportamento, Empreendedorismo, Finanças, Liderança, Marketing, entre outras.

E como sempre fazemos, nós do 12min encerramos o post com uma sugestão de leitura superinteressante. Pegue aí a nossa dica de hoje!

Em Busca de Sentido – Viktor Frankl

Viver em um campo de concentração nazista foi uma experiência brutal para centenas de milhares de prisioneiros, durante a Segunda Guerra Mundial. Viktor Frankl, autor do livro Em Busca de Sentido, é um sobrevivente dessa atrocidade, uma das maiores na história da humanidade. Mas isso só foi possível porque ele tinha um propósito, sua vida tinha um sentido e, assim, recusou-se a desistir.

Dessa experiência, Viktor Frankl aprendeu que “não podemos evitar o sofrimento, mas podemos escolher como lidar com ele e encontrar um sentido nele”. E foi no campo de concentração que o autor do best-seller Em Busca de Sentido mudou sua perspectiva sobre o mundo e sobre as pessoas.

Boa leitura e ótimos aprendizados!

As informações acima foram relevantes para você? Deixe aqui os seus comentários e lembre-se de compartilhar esse post em sua rede social!