

PREETHAJI & KRISHNAJI

# OS QUATRO SEGREDOS SAGRADOS

PARA O AMOR  
E A PROSPERIDADE

UM GUIA PARA VIVER  
EM UM BELO ESTADO DE SER

Tradução de  
CAROLINA SIMMER

1ª edição



Rio de Janeiro | 2020

Todos os direitos reservados. Proibida a reprodução, no todo ou em parte, sem autorização prévia por escrito da editora, sejam quais forem os meios empregados.

Direitos exclusivos de publicação em língua portuguesa para o Brasil adquiridos pela  
EDITORA BEST SELLER LTDA.

Rua Argentina, 171, parte, São Cristóvão

Rio de Janeiro, RJ – 20921-380 que se reserva a propriedade literária desta tradução

---

Produzido no Brasil

ISBN 978-85-465-0207-3

Seja um leitor preferencial Record.

Cadastre-se no site [www.record.com.br](http://www.record.com.br) e receba informações sobre nossos lançamentos e nossas promoções.

Atendimento e venda direta ao leitor

[sac@record.com.br](mailto:sac@record.com.br)

**Este livro é dedicado às transformações da consciência humana no sentido da unidade com toda a vida.**



## Sumário

Introdução *por Preethaji*

Meu despertar *por Krishnaji*

I.

O primeiro segredo sagrado: Viva com uma visão espiritual

A primeira jornada da vida: Cure a criança ferida

II.

O segundo segredo sagrado: Descubra sua verdade interior

A segunda jornada da vida: Dissolva a divisão interior

III.

O terceiro segredo sagrado: Desperte para a inteligência universal

A terceira jornada da vida: Seja um parceiro centrado no coração

IV.

O quarto segredo sagrado: Pratique a ação espiritual correta  
A quarta jornada da vida: Seja um criador consciente de riqueza

Epílogo: Perguntas e respostas sobre nossa academia

Agradecimentos

Notas

Sobre os autores



## Introdução

*Por Preethaji*

Ao abrir as portas e entrar na varanda, sinto o frescor do ar se tornar úmido. O vento traz de longe o aroma de terra molhada. Duas nuvens grandes se unem no céu, se descarregam e seguem seu caminho. A água flui do telhado e forma poças no quintal. Um sapo coaxa alto, outro responde; não demora muito para surgir o que parece uma orquestra deles. Meus sentidos estão explodindo de prazer. O êxtase me atinge de todos os lados antes de se apaziguar em um estado de profunda calma. Meu diretor financeiro me liga de Los Angeles para conversar sobre o novo aplicativo de meditação que vamos lançar. A imobilidade interior permanece durante a ligação... e as palavras fluem.

Por que nem sempre a vida parece tão fácil?

Por que são tão raros os momentos profundos, valiosos e gratificantes em nossos relacionamentos? Por que o progresso em nossa caminhada rumo ao sucesso é tão lento, e os obstáculos, tão

grandes? Por que a felicidade é tão passageira? Sentimos uma pontada de alegria ao ver o sorriso dos nossos filhos, ao abraçar entes queridos, receber aplausos por um trabalho bem-feito. Por que nosso júbilo desaparece tão rápido e acaba sendo substituído por ansiedade, preocupação ou dúvidas?

Por milhares de anos, os seres humanos buscaram respostas para essas perguntas. Adotamos inúmeras estratégias a fim de despertarmos para uma existência mais bela. Trabalhamos duro com o intuito de aperfeiçoar habilidades, tentando dominar métodos antigos e truques da moda com o mesmo afinco.

Mas será que todas essas estratégias nos ajudaram a chegar perto da vida dos nossos sonhos? Ou só causam resultados temporários?

É claro que não existe nada de errado com uma abordagem mais estratégica. Porém, nosso objetivo é ajudar você a ultrapassar a mediocridade e despertar para uma força muito maior do que qualquer técnica que possa ser ensinada — uma força que lhe permitirá criar uma vida repleta de prosperidade e amor. A única coisa que você precisa fazer é desbloqueá-la.

É o poder da consciência transformada.

Em outros termos, não estamos falando sobre treinar sua mente ou adotar hábitos mais saudáveis; estamos falando sobre simplesmente transformar a maneira como você sente a realidade. A maneira como sente o seu próprio ser. O mundo ao seu redor. *Tudo.*

Pense nisso por um instante.

O que significaria sentir a vida de um modo completamente diferente? Ter a sensação de que novas partes do seu cérebro foram

ativadas e ampliadas? Enxergar oportunidades onde antes via apenas obstáculos? Acreditar que, finalmente, o tempo e a sorte estão ao seu lado?

Que tipo de coisa seria possível com uma consciência tão poderosa?

Se você for como muitas das pessoas que conhecemos nas últimas três décadas, está ávido por esse conhecimento. Trinta anos atrás, meus sogros, Sri Bhagavan e Amma, fundaram a Oneness, uma organização espiritual dedicada a ajudar pessoas a se moverem do sobreviver para o viver; vinte anos depois, eu e meu marido, Krishnaji, fundamos a One World Academy, nossa própria escola de filosofia e meditação para transformar consciências.

Faz dois anos desde que meus sogros passaram a Oneness para Krishnaji e para mim, e, desde então, unimos essas duas grandes instituições para criar a O&O Academy. Nosso programa ajudou milhares de pessoas a cultivar relacionamentos livres de mágoas, criar conquistas livres de agressão e viver sem medo. Ele ensina como se mover da separação para a conexão, da divisão para a unidade, do estresse para a calma — e, com isso, nos transformamos enquanto indivíduos e membros de famílias e grupos.

A O&O Academy não é um *ashram* para residentes, mas uma organização que oferece um aprendizado dinâmico para os alunos. Tudo que é aprendido lá pode ser usado em sua vida diária. Oferecemos cursos para adolescentes, jovens adultos, famílias, buscadores espirituais, criadores conscientes de riqueza e líderes que desejam uma “elevação de consciência”.



Muitas pessoas procuram Krishnaji e a mim exatamente em busca do tipo de conselho estratégico que acabei de descrever, mas não demoram muito para perceber que todas as táticas não são nada quando comparadas às percepções e à mágica que surgem em suas vidas como resultado do despertar para o puro poder da consciência.

Pense neste livro como um guia para desbloquear o potencial maravilhoso da consciência humana. Infelizmente, a maioria de nós nunca aprendeu a usar essa extensa fonte de sabedoria. Não é de se admirar que passemos tanto tempo planejando e conspirando para conquistar nossa felicidade ou objetivos como se fossem convidados de uma festa que nunca conseguimos convencer a ficar mais um pouco para tomar um cafezinho!

Nas páginas a seguir, compartilharemos os quatro segredos sagrados, que vão ajudar você a se conectar com o imenso poder da consciência. Cada segredo é acompanhado por uma jornada da vida projetada para libertá-lo de tudo que lhe impede de realizar seus sonhos, desde acessar estados expansivos de consciência até se conectar de verdade com seus entes queridos.

A grande recompensa de uma consciência transformada é que você passará a vivenciar o mundo com aquilo que Krishnaji e eu chamamos de “belo estado de ser”. A partir dele, a vida parece prazerosa e fácil. Oportunidades começam a surgir sem esforço. Pessoas aleatórias se transformam em amigas e aliadas. Você encontra apoio em todas as etapas de sua jornada. A sensação de estar empacado desaparece. Sua intuição desperta.

A revelação no âmago deste livro é bem simples: há apenas dois estados de ser, o estado de estresse e o belo estado de ser. Um

cria um campo energético de caos ao seu redor. O outro acolhe a harmonia que acontece na sua vida. Portanto, a escolha mais importante que qualquer um de nós deve fazer é: “Em que estado quero viver?”

Mas essa ideia também vem acompanhada de uma pergunta: Depois que tomarmos essa decisão, podemos passar o tempo todo no belo estado de ser?

Não, não podemos. Não basta apenas tomar a decisão. Primeiro, devemos compreender que os estados de sofrimento costumam ser inconscientes e profundamente enraizados. Suas origens são epigenéticas, pré-natais, vêm do começo da infância ou até mais tarde.

Nossos estados de sofrimento nos previnem de vivenciar esse senso de completude, calma, alegria e coragem. Mas é possível superá-los.

Se não aprendermos a nos libertar dos estados de sofrimento, eles continuarão voltando até nosso parâmetro de humor se tornar tristeza, irritação ou raiva. A partir desses espaços feridos, não podemos criar felicidade, fortuna ou relacionamentos duradouros. Mesmo que usemos a frustração para nos impulsionar, nossas conquistas trarão pouca satisfação duradoura. Ou, pior ainda, nossa subida ao topo cobra um preço tão caro que acabamos nos perguntando: Será que valeu a pena?

Nesse estágio, meditações, cânticos e viagens parecem equivalentes a jogar cubos de gelo dentro de um vulcão.

Precisamos de mais do que medidas paliativas; precisamos de transformação.

Nós escrevemos este livro juntos para compartilhar nossas experiências com o poder do belo estado de ser, assim como as experiências de nossos alunos que têm transformado suas vidas de dentro para fora em todos os aspectos, passando a construir relacionamentos duradouros e criando carreiras satisfatórias e bem-sucedidas. Os nomes, as nacionalidades e a história desses alunos foram modificados deliberadamente para preservar sua privacidade, porém mantendo a autenticidade de suas descobertas e experiências de transformação.

Como os relatos mostram, se você está curioso sobre como transformar sua consciência, vai encontrar um senso maior de facilidade na vida, no amor e nas conquistas. Quando começar a manter os segredos sagrados no coração, o universo se tornará um amigo amoroso, apoiando-o com sincronicidades mágicas que lhe darão força pelo caminho.

Vamos começar juntos esta jornada.

Porém, antes de iniciarmos, queremos fazer uma sugestão: não leia correndo estas páginas. *Os quatro segredos sagrados* é um livro que você desejará consultar o tempo todo. Ele se comunicará com a sua alma. A verdade por trás destas palavras ficará mais compreensível a cada dia. Talvez você deseje ler trechos como parte de sua prática cotidiana de meditação ou manter o livro por perto para ajudá-lo a encontrar clareza durante os inúmeros desafios diários que encontramos na vida. Acrescente toques pessoais nele, anotando observações, perguntas e reflexões durante a leitura. Sempre que você voltar para estas palavras, elas terão uma lição nova para oferecer.

Faça um intervalo para refletir sobre cada conceito. Preste atenção nos sentimentos ou nas revelações que surgirem, assim como quaisquer coincidências que ocorram conforme você desperta para o poder da consciência.



## Meu despertar

*Por Krishnaji*

Preethaji e eu tínhamos acabado de chegar em Big Bear Lake, no sul da Califórnia, com nossa filha, Lokaa, que tinha 5 anos na época. Era primavera de 2009. Estávamos nas férias pelas quais ansiávamos já havia algum tempo, e estávamos parados no topo da montanha, observando a beleza ao redor.

O vasto lago de água azul cristalina parecia infinito. Pedacos de verde e branco refletiam a terra e o céu. Rastros de prata e ouro líquidos cortavam a superfície imaculada. Eu me sentia energizado pelo ar terroso que enchia meus pulmões, tão fresco e frio: sabíamos que a temperatura esfriaria no alto das montanhas, mas não imaginávamos que a brisa vinda do lago congelado seria tão cortante. Meu corpo e minha mente estavam completamente despertos.

Após alguns instantes, a animação de Lokaa quebrou o silêncio.