

Copyright© 2020 by Literare Books International.

Todos os direitos desta edição são reservados à Literare Books International.

Presidente:

Mauricio Sita

Vice-presidente:

Alessandra Ksenhuck

Projeto gráfico:

Nathália Parente

Capa:

Gabriel Uchima

Diagramação do Ebook:

Isabela Rodrigues

Revisão:

Ivani Rezende

Diretora de projetos:

Gleide Santos

Diretora executiva:

Julyana Rosa

Diretor de marketing:

Horacio Corral

Relacionamento com o cliente:

Claudia Pires

Literare Books International Ltda.

Rua Antônio Augusto Covello, 472 – Vila Mariana – São Paulo, SP.

CEP 01550-060

Fone: (0\*\*11) 2659-0968

site: [www.literarebooks.com.br](http://www.literarebooks.com.br)

e-mail: [contato@literarebooks.com.br](mailto:contato@literarebooks.com.br)

transformando os obstáculos em desafios e recompensas em troféu para quem os supera. Isso é chamado “trabalho divino”.

Imagine uma pessoa chegar em um tribunal e dizer ao juiz que reagiu naturalmente agredindo quem a ofendeu. Foi uma reação natural, diz ela, D’us nos criou assim! O que você responderia para ela? Com certeza, a intenção divina não é que reagimos naturalmente e ir atrás dos nossos impulsos, D’us nos deu a TORAH para sabermos como devemos reagir. Se as nossas reações instintivas e naturais fossem certas, não teríamos recebido a Torah.

Nosso instinto natural em relação à alegria e tristeza também é imperfeito. Quando estamos em perigo, deveríamos nos encher de alegria para ficarmos mais leves e correremos mais rápido e, assim, nos salvamos do perigo, mas, no lugar disso, ficamos tristes, pensamos devagar e nos travamos, o oposto do que deveria ser. Portanto, da mesma maneira que ninguém vai justificar uma agressão pelo fato de ser irritado, e mesmo se o advogado dele alegar isso, não vai adiantar nada, da mesma maneira não temos como justificar a tristeza pelo fato de estarmos sofrendo, sendo que a tristeza não só não nos ajuda a sair do sofrimento, mas ainda prejudica, mas devemos sim ir contra a nossa natureza e despertar a alegria verdadeira na hora do sofrimento para podermos pensar melhor e escapar dos perigos da vida com muita leveza e alegria.

Ainda dizia o Rebe Nachman de Breslev: lembre-se sempre de que a alegria não é uma coisa supérflua na vida, ela é uma necessidade básica. Não existe nada que nos liberta mais do que a alegria, ela liberta seu cérebro e faz pairar sobre você a tranquilidade. Perder a esperança é como perder a liberdade, é se perder a si próprio. Encontrar a alegria verdadeira é a mais importante das metas.

Se o único jeito de se alegrar é fazendo brincadeiras (que não prejudicam as outras pessoas), faça isso e fique alegre porque a tristeza causa prejuízos incomensuráveis. Use todos os

meios que pode para se tornar alegre.

Se hoje você se sente ótimo, não deixe as lembranças do passado e as preocupações do futuro baixarem o seu ânimo. Se mesmo querendo ficar alegre se sinta triste, lembre-se dos bons momentos que já teve e a alegria voltará! Diz o Baal Shem Tov (fundador do movimento chassídico) que quando você pensa em um lugar, você está lá, portanto, quando se lembra dos bons momentos, você se encontra novamente.

Se você não se sente alegre, faça de conta que está, faça um sorriso artificial, comporte-se como se estivesse alegre e a alegria verdadeira virá em decorrência disso. Cante, isso vai dar uma vida nova e encher você de alegria. Dance, a dança vai tirar sua tristeza e espantar os seus sofrimentos.

De vez em quando, as pessoas estão em grande desespero e não têm para quem contar seus problemas. Se você aparece com um sorriso reluzindo no seu rosto, você as motiva e dá para elas uma vida nova.

É tão importante estar alegre a ponto de você ter que se obrigar a estar sempre alegre nem que seja de uma maneira artificial. É normal ver o esquecimento como um defeito, mas eu o vejo como uma virtude, diz o Rebe Nachman de Breslev. Saber esquecer quer dizer livrar-se de todos os sofrimentos do passado.

Nunca, mas nunca desanime! É proibido abrir mão da esperança. Se você acredita que pode ficar pior, acredite que pode ficar melhor!

E é isso que aprendemos com o nosso grande pensador, Rabino Dor Leon Attar, no seu maravilhoso livro “O segredo da mentalidade judaica”. Parabéns pelo belíssimo trabalho. Um lindo presente para a humanidade

**Rabino Avraham Eitan Gloiber,**

**ONG Torá**

# INTRODUÇÃO

A Torah é a guia para todas as áreas da nossa vida. É a nossa fonte de conhecimento para enfrentarmos todo e qualquer obstáculo.

Muitos nos perguntam o motivo de se estudar esse livro todos os anos. A resposta que temos é que tudo o que aconteceu, tudo o que está acontecendo e tudo o que acontecerá em todas as áreas da vida humana, em Ciências Exatas ou Humanas, em todo o Planeta Terra e tudo o que acontece na vida de todo ser vivo na face da Terra, está codificado na Torah.

Caro leitor, neste livro traremos alguns ensinamentos ocultos para muitos, mas que são conhecidos pelos estudiosos da sagrada Torah. Prepare-se para viajar e descobrir novos mundos que se escondem nos ensinamentos dos nossos sábios e que agora estará disponível para você e sua família.

## MEU MONÓLOGO

*“Ninguém fará por você, aquilo que deve ser feito por você!”*

Vou contar uma história. Nada mais, nada menos que a minha. As lições que um “estrangeiro” aprende ao se deparar com uma nova vida, as perspectivas, os desafios, as verdades, a realidade.

Quando cheguei ao Brasil, assim como qualquer imigrante, trouxe com a bagagem sonhos, esperança e confiança. Fui recebido por amigos, que me hospedaram em sua casa e me ajudaram no período de adaptação, com a nova cultura e costumes, bem como a nova língua. Deu para perceber quanta coisa “nova” existe para aprender e conhecer quando se é imigrante, não é mesmo? Por tudo isso, serei eternamente grato aos que me receberam e me acolheram.

No entanto, não me ajudaram nos negócios, e até esperaram que eu fizesse tudo que fosse necessário, enquanto a realidade surgia à tona.

O mercado não era bem como falaram, a língua não era tão simples assim e a mentalidade, é melhor nem comentar!

Mas tem uma coisa: cheguei aqui confiante, lembra? Com toda dificuldade que encontrei, NUNCA fiquei reclamando da minha “sorte”. Nunca culpei os outros, por me venderem falsos sonhos e criarem falsas expectativas. Pode parecer até “mi...mi...mi...”, só que não! Cheguei a ficar só, mesmo assim continuei firme e NUNCA reclamei nem um pouco sequer.

Isso porque vir ao Brasil foi minha escolha. Aliás, tudo era minha escolha. Até porque, mesmo quando não se escolhe, ainda assim é uma escolha, ou seja, a “escolha” de “não escolher”.

Quando dei de cara com a realidade e caiu a “ficha”, vi que temos apenas duas opções na vida. A mais comum, chorar

bastante o tempo todo e ficar assim a se lamentar, reclamar de tudo, culpar o mundo inteiro, achando, ou melhor, tendo a certeza de que merecia algo que não se conseguiu alcançar.

Mas entenda: se você falhou, aconteceu por não ter feito o seu melhor. Se fez seu melhor, e ainda assim falhou, parabéns por isso! Sinal que aprendeu a como não fazer da próxima vez.

A certeza de falhar faz parte do processo de aprendizagem. Fracasso é não tirar uma lição das falhas cometidas e comprometer o futuro.

Entendemos que a vida se trata de um processo de aprendizagem e que é feita de escolhas, das próprias escolhas, tanto para o bem como para o mal. Isso cada um é que decide.

Quando eu era criança, adorava ficar na praia e pegar ondas. Sou um bom nadador, fui preparado para nadar em piscinas e também no mar. Quando pegava ondas, às vezes vinha aquela onda “linda”, que vem quebrando em cima de você, pressiona para baixo e o arrasta para o fundo. Quem não está preparado, tenta lutar contra a pressão e o arrasto da onda, quer subir de qualquer maneira. Quanto mais tenta subir, mais a onda o pressiona e o puxa para o fundo. Deus nos livre! Isso o levará para seu fim. Caso não tenha entendido, serei mais claro, isso é morte certa.

Agora, a boa notícia é que aquele que está preparado mantém a calma e segue em frente. A onda vai jogá-lo para cima, mais adiante.

A vida, bem como a natureza, tem as mesmas leis e comportamentos. Quando a vida o pressiona para baixo e o arrasta para o fundo, não se esqueça de manter a calma. É difícil, não é mesmo? Agente firme, mantenha a mente focada e o comportamento equilibrado. Assim como aquela onda, a vida vai levá-lo para frente e o lançará para cima. Se por algum instante perder o foco, entrar em desespero e tentar lutar

contra, brigue, xingue, reclame e culpe o mundo pela onda. O melhor e mais correto a ser feito é não culpar o mundo por sua falta de preparo e de humildade.

Além de descobrir o óbvio, o principal é o que é mais importante para a minha evolução e para meu crescimento. Falhar faz parte do processo, nenhuma criança aprende a andar sem cair. Nenhum atleta chega a ser campeão sem treino, sem preparo, sem competição e sem perder várias vezes até chegar ao momento de vencer. Em cada falha, uma lição. Isso ninguém fará por nós!

“Ninguém fará por você aquilo que deve ser feito por você mesmo.”

“Ninguém terá o SEU SUCESSO.”

“Ninguém terá SUAS LIÇÕES.”

“Ninguém terá o SEU LEGADO.”

Faça por merecer e será merecido!

Tenha uma vida longa e próspera!

**R. Dor Leon Attar**

# O QUE É MENTALIDADE JUDAICA POSITIVA?

## CAPÍTULO 1

### QUAL É A MENTALIDADE CORRETA?

Hoje, a maioria das pessoas encontra-se em uma situação em que tudo tem que vir rápido, quase que de imediato. Nossa vida virou uma espécie de fast food, tudo tem que ser devorado quase que imediatamente, de maneira animalesca, e passar para a próxima experiência, sem apreciar a beleza do momento. Acumular, essa é a palavra de ordem reinante no nosso mundo. Tanto faz acumular bens materiais ou experiências que achamos ser espirituais. O importante é, segundo essa ditadura silenciosa, ter experiências.

Porém, agindo segundo os ditames dessa ideia reinante, perdemos a chance de ter uma experiência real e verdadeira, uma emoção que dure por muito tempo, ou pelo menos o tempo necessário; não essa emoção fugaz que se desmancha em segundos e que força a pessoa a buscar novas experiências. A emoção plena é o contato com algo maior e que nos eleva a alma.

O resultado dessa constante busca por novidades espirituais ou materiais acarreta, na maioria das vezes, estresse, ansiedade e demais doenças, gerando prejuízos financeiros para a pessoa.

Será que foi para isso que viemos a este mundo? Será que podemos chamar de vida essa maneira de viver?

Os sábios judeus falam que na sagrada Torah está definido o que é vida e o que é morte. Acredite, há muitos mortos vivos por aí e talvez você até conheça alguns deles.

Segundo nossos mestres balizados pelos ensinamentos da sagrada Torah, quem está perto do Eterno e se alimenta da luz

Ele é chamado de *vivo*. Manter-se vivo, na verdade, é a vontade de todo ser na face da Terra, é o principal instinto não importando religião, raça, cor, nível intelectual ou social, até os animais são dotados do desejo de se manterem vivos.

Por outro lado, aquele que decide afastar-se da luz do Eterno, da luz que alimenta nossa alma e nos dá forças para superar todos os desafios, é chamado de *morto*, e não apenas chamado, é considerado uma pessoa morta.

Agora, com esse conceito na cabeça, perto do Eterno estamos vivos e longe, mortos. Entendemos como podemos, por meio da mudança da nossa mentalidade e das nossas ações, voltar à vida e sermos chamados novamente de *vivos*, não apenas chamados, mas para viver novamente uma vida plena. Além disso, aprendemos como ressuscitar muitos que estão mortos a nossa volta, sem nem saber que estão mortos.

Precisamos entender que temos o desejo de nos alimentar da luz que do Criador emana, mesmo que esse desejo esteja oculto e a pessoa nem saiba que ele exista. Essa é a única vontade da nossa alma. Em contrapartida, temos que entender que é também o desejo do Eterno, que nos alimentemos da sua luz, de maneira consciente e prazerosa.

Mesmo que uma pessoa não esteja cumprindo a vontade do Criador, Ele continua sustentando-a e fornecendo tudo o que for preciso. Nesse processo, no entanto, a pessoa não tem proveito da vida como o Criador desejaria para ela, pois não está se direcionando com consciência para Ele. Viver de acordo com o propósito da criação planejada pelo Eterno é entender que, tudo o que ela recebe, não foi por ter atraído, é apenas a bondade sem limites do Eterno para com essa pessoa. Assim como ele faz para todo ser vivo.

Uma pessoa que vive de acordo com seus limitados padrões, apenas existe em um mundo limitado. Quando cumpre a vontade ilimitada do Criador, ela passa a viver uma vida sem

limites. Ao usar seu livre arbítrio, ela caminha em direção ao Eterno e passa a cumprir suas vontades. Toda luz que ela receber será pela bondade do Criador e também pelo mérito dela de se colocar em uma situação que atraia essa luz para a sua vida. Assim, há relacionamento entre o Criador e sua criação.

Para entender o que é mentalidade correta de acordo com o judaísmo, é preciso entender o que nos dá vida e o que nos causa a morte. A aproximação consciente ao Criador e da luz que dEle emana, nos traz vida plena, enquanto o afastamento dessa luz nos causa a morte. A aproximação ou o afastamento depende da nossa mente, da nossa mentalidade e das nossas emoções.

## **VIVER OU EXISTIR? ESSA É A QUESTÃO!**

Depois que você entendeu a diferença entre vida e morte no judaísmo, compreende que precisa fazer a diferença no mundo, ter um propósito de vida e na vida.

Toda a criação existe. Tudo tem existência. Uma pedra, um passarinho ou até um leão no safári, todos têm existência. Não é por isso que eles vivem? O Criador fez o mundo e tudo que nele existe. Porém, só para o ser humano, Ele deu a alma vivente ou a alma de vida. “E o Eterno Deus formou o homem [Adão] do pó da terra, e soprou em suas narinas o alento da vida e o homem tornou-se alma viva.” (Gênesis 2:7)

Talvez a mais comum pergunta seja: qual é o meu propósito? Mesmo que já tenha respondido a essa pergunta no meu livro “*O segredo da prosperidade judaica*”, repetirei: o fato de ter um propósito faz diferença entre você ser um humano vivo em relação a um animal.

O Criador o criou para cumprir um propósito neste mundo. Quando a pessoa simplesmente fica vagando no mundo, em busca de satisfazer vontades mundanas e limitadas, não está cumprindo uma missão divina.

*image  
not  
available*

# PENSAR BEM FAZ BEM

## CAPÍTULO 2

Nos Talmúdicos, que foram escritos há 1800 anos, nossos sábios ensinam que a nossa realidade depende daquilo que pensamos, da nossa emoção envolvida e da nossa forma de enxergar a situação, isto é, nossa realidade depende da forma que sentimos, pensamos e enxergamos o mundo.

Recentemente, a Física Quântica chegou a uma conclusão parecida com a dos nossos sábios. A ciência diz que o resultado de um experimento depende da pessoa que o analisa. É como aquela famosa pergunta: se uma árvore cair em uma floresta e, se ninguém estiver por perto para ouvir o som, fará algum barulho? De acordo a Física Quântica, pode ser que sim, mas ao mesmo tempo pode ser que não.

Você deve estar se perguntando: duas opções opostas de resposta para uma mesma questão?

Aprendemos que tudo depende do observador. E isso é um dos grandes segredos para se obter uma mente positiva e forte. Se tiver um bom olhar, fará a sua realidade melhorar. Ao perceber a mudança benéfica ao seu redor, a pessoa terá mais motivos para desenvolver-se nessa área.

Existe um conceito judaico conhecido como *hitbonenut* (observação introspectiva). A *hitbonenut* é uma técnica de observação interior feita de uma maneira completamente consciente. Não é esvaziar a mente até a pessoa atingir certo transe em que sua mente está completamente vazia; pelo contrário, é ter total domínio sobre ela.

Praticar *hitbonenut* é ter a capacidade de observar as coisas acontecendo na nossa vida de uma forma mais elevada e imparcial. Depois de se fazer essa observação, chega-se a uma conclusão e se acrescenta a emoção positiva necessária para fazer da experiência comum a todos uma experiência

*image  
not  
available*

nossa volta é ilustrado na história verídica que aconteceu com um dos maiores mestres do povo judeu, Rabi Akiva.

Rabi Akiva era uma pessoa pobre e ignorante, que se transformou num mestre tão grande que chegou até ser comparado a Moisés, o maior líder do povo judeu. A história conta que um dia ele estava viajando com um burro, um galo e uma lamparina. O burro, para se locomover; o galo, para acordá-lo de manhã; a lamparina, para ter luz à noite e estudar a Torah. Como a noite se aproximava, Rabi Akiva resolveu parar em uma pequena cidade. Porém, os portões da cidade já haviam sido trancados pelos guardas. Mesmo com o pedido insistente do mestre Akiva, os guardas não lhe permitiram entrar na cidade e procurar uma hospedaria. Tranquilamente, ele olhou para os guardas e falou: “Tudo que Ele (O Eterno) faz, Ele o faz para o bem”. Assim, Rabi Akiva foi para o campo, procurou uma árvore e subiu para passar a noite. Mal havia pegado no sono, chegou um leão, matou seu burro e o devorou. Mesmo sem acreditar no que havia acontecido bem diante dos seus olhos, Rabi Akiva disse: “Tudo que Ele faz, Ele o faz para bem”. Ainda pensativo no ocorrido com seu burro, não percebeu a aproximação de um gato que atacou seu galo, matando-o. Mais uma vez, Rabi Akiva disse: “Tudo que Ele faz, Ele o faz para bem”. Pelo menos tenho a lamparina para estudar a Torah, pensou ele. De repente, um pé de vento apagou a chama da lamparina. Novamente, Rabi Akiva disse: “Tudo que Ele faz, Ele o faz para o bem”. E foi dormir. Pela manhã, ao acordar, resolveu voltar à pequena cidade. Assim que chegou aos portões, descobriu que a cidade sofreu um arrastão durante a noite. Quase tudo foi roubado e muitas pessoas morreram. Nesse momento, Rabi Akiva entendeu que “Tudo que Ele faz, Ele realmente o faz para o bem”.

Todas as vezes que encontrarmos algo que acabamos por concluir como sendo negativo, podemos ter certeza de que é por termos uma visão deficiente da realidade. Esse conceito de mal que sempre acaba surgindo na nossa mente é apenas

*image  
not  
available*

ser feliz agora.

Há um adágio muito conhecido aqui no Brasil: *macaco velho não enfia a mão em cumbuca*. Ele é baseado em como os caçadores utilizam a mentalidade errada dos macacos para capturá-los. Os caçadores colocam uma banana em armadilha com um pequeno buraco. Uma pequena abertura, suficiente para o macaco enfiar a mão, porém pequena demais para que ele não consiga tirar a mão quando estiver segurando a fruta. O macaco, ao segurar a banana, não consegue tirar a mão. Movido pelo seu instinto, jamais abrirá a mão e perderá sua pequena conquista. É nesse exato momento que os caçadores se aproximam tranquilamente e capturam o animal, pois sabem que o macaco não vai soltar a banana e fugir. No final, mesmo gritando, pulando e tentando fugir, o macaco não soltará a fruta e será capturado.

Nós somos assim. Apesar de não sermos macacos, acabamos por agir da mesma forma que o animal. Nosso passado, bom ou ruim, é igual à banana, por diversas vezes nos deparamos com o momento exato para abandonar o que já passou e seguir, porém sentimos dificuldade de soltar a nossa “banana”; os caçadores são nossas emoções negativas. Querendo ou não, se continuarmos a agir assim, acabaremos tendo algum prejuízo em nossa vida emotiva.

Como *soltar a banana*? Como fazer as pazes com nosso passado?

A resposta é: agradeça. Agradeça por tudo que passou, bons ou ruins momentos. Como falamos antes a respeito do mal, se analisar as experiências negativas do seu passado e como contribuíram para compor a pessoa que você é hoje, provavelmente concluirá que os fatos foram necessários e até benéficos para sua vida.

Agradeça por tudo que você já passou na sua vida, por tudo que viveu até hoje. Esse é o segredo.

*image  
not  
available*

estava nas mãos do Eterno. De nada adiantaria o Eterno desejar proporcionar-lhe uma farta colheita se o agricultor não jogasse a semente na terra, não adubasse, não limpasse o campo de ervas daninhas e não protegesse a semente de aves e roedores. Quando o agricultor fez a parte dele, o Eterno entrou com as condições climáticas ideais para a germinação das sementes: o calor do sol e a chuva. Assim o milagre da vida aconteceu: aquela simples semente transformou-se em uma planta cheia de frutos. Da mesma forma, deve ser nossa vida e nossas expectativas em relação ao futuro. Devemos fazer a nossa parte, aquilo que nos cabe, e apenas confiar que o Eterno fará o que for necessário para que sejamos felizes. No entanto, tudo começa com a nossa atitude e com a mentalidade positiva de que tudo vai dar certo.

Como teremos certeza de que vai dar certo quando não está dando certo para a maioria das pessoas a nossa volta?

Se pensarmos com a mentalidade comum, que enxerga as situações como algo bom ou algo ruim somente, não teremos certeza de que alguma coisa dará certo. Dividindo o mundo entre bem e mal, sempre haverá uma brecha para que algo de mal possa acontecer. Entretanto, se vivemos conforme a mentalidade positiva que nos mostra que temos alguém que cuida de nós para o nosso bem e que sempre deseja o melhor, temos apenas que fazer a nossa parte. Ao começarmos a ver o mundo e a vida dessa maneira, passamos a ter certeza de que tudo o que acontece será para o nosso bem. Nesse ponto, quero ressaltar que, independentemente das nossas experiências passadas terem sido prazerosas ou não, estamos aqui hoje porque algo deu certo, porque sempre nos levantamos após uma queda e acreditamos que tudo será diferente. Não estou me referindo ao resultado, e sim à capacidade de reagirmos, de sermos ativos, de reunirmos forças de onde nem sabíamos que tínhamos e nos colocarmos de pé novamente, erguer a cabeça e enfrentar os testes que a vida nos dá.

*image  
not  
available*

comete erros e que não age de acordo com a vontade do Eterno. Portanto, todas as vezes que cometemos uma transgressão somos considerados perversos por completo. No entanto, os sábios nos ensinam que, quando uma pessoa se arrepende e volta dos seus caminhos de perversidade, é considerada um novo ser, já não é mais a mesma pessoa. Claro que ainda não é um *tsadik*, ainda não é considerada pessoa justa, que é um nível mais elevado da alma, e sim um *beinoni*, um intermediário.

Perceba que esse intermediário, o *beinoni*, é quem conseguiu desligar-se do passado e lutar com todas as suas forças para ser uma pessoa melhor no futuro. Ser um *beinoni* é viver o momento, é ser um novo ser que está livre para se elevar e seguir, deixando o passado onde ele deve ficar, no passado. Veja que o foco do *beinoni* não é mais no que ele fez ou deixou de fazer, mas no que pode fazer agora.

Ser um *beinoni* é algo realmente possível, basta apenas que você decida ser.

*image  
not  
available*

que tudo que fizemos durante a semana foi em mérito desse dia, o *shabat*. No domingo, recomeçamos; aguardando ansiosamente a sexta-feira para experimentarmos novamente da luz especial que desce em cada lar judaico no dia de *shabat*.

Estamos há 220 anos do “*shabat* do milênio”, ou seja, estamos a poucas “horas” antes do final de “semana”. Mesmo que muitos estejam sem saber da realidade da chegada do *shabat* milenar, vivemos no horário final da véspera de *shabat*. Cabe às mulheres judias fazer o acendimento das velas de *shabat* (cerimônia em que as mulheres judias acendem as velas ao receber o *shabat*; momento em que a família entra oficialmente no *shabat*). Interessante notar que o nosso subconsciente já captou que estamos nos momentos finais e que não há mais tempo a perder.

O que acontece quando nosso subconsciente já captou a informação, porém nossa mente ainda não entendeu a mensagem?

Então, corremos mais rápido, tentamos ser mais fortes e ágeis em coisas materiais, sem entender o real motivo desse sentimento de pressa ou de estresse.

O que devemos fazer nesse caso? O que posso fazer? Ou melhor, como eu posso me acalmar? Como diminuir o estresse e me preparar melhor? Como encontrar o equilíbrio mental necessário para esses dias?

*image  
not  
available*

de trombeta soava cada vez mais alto. Até que o povo ouviu a voz do Eterno. Esse evento foi o primeiro e único na história da humanidade em que o Eterno se revelou a uma nação inteira.

Todavia, a pergunta que fica é: se o Eterno queria dar um país ao seu povo, por que não deu o Egito? Era um país pronto, o exército estava enfraquecido, o faraó morrendo de medo, um rio com grande volume de água fresca e potável, o povo já estava estabelecido e acostumado ao clima local, os egípcios tinham testemunhado dez pragas e nenhum deles teria coragem de falar uma palavra sequer contra os filhos de Israel, a nação egípcia temia os filhos de Israel e os filhos de Jacó conheciam todo o país. Imagine a revelação divina feita no Sinai sendo realizada no meio do Egito: era só tomar o controle e pronto.

Quando o Eterno quer dar algo, Ele dá o melhor e, muitas vezes, o melhor está longe do alcance dos nossos olhos. Pode ser natural que você duvide de que *Mashiach* vá se revelar, pode parecer utópico que o terceiro templo será reconstruído quando olharmos o monte onde outrora estava o *Beit Hamicdash* feito por Salomão e vemos nele erguido um templo idólatra, pode parecer inviável que o mundo passe para uma era de paz, quando as notícias sobre violência efervesçam a cada hora. Contudo, devemos ter confiança, pois se o Eterno libertou uma vez, com certeza, fará novamente e, dessa vez, não será preciso tirar o povo de Israel de um país estranho e levá-lo para outro lugar.

O povo já está estabelecido, *Erets Israel* (terra de Israel) está pronta para receber a revelação de *Mashiach*. Falta pouco. Todos os dias vemos centenas de judeus retornando para casa. Por todo o mundo, pessoas estão procurando pelo Eterno. O movimento *noahide* nunca foi tão grande como está sendo nos dias atuais.

Na primeira libertação, foi preciso tirar o povo, ensinar a lei, constituir uma nação, conquistar um território. Dessa vez, nada

*image  
not  
available*

faz acordar de manhã, é a confiança que o Eterno deposita em nós todos os dias, é a confiança dEle de que nós, pequenos seres humanos, faremos a nossa parte e conseguiremos cumprir a missão que nos foi confiada antes do nosso nascimento. É pela fé que tem em nós que Ele, o Santo Bendito seja, deixa-nos acordar para mais um dia.

Ao acordar, você deve sentir gratidão, pois o Eterno está lhe dizendo que acredita que dessa vez conseguirá. Ele está lhe dando todas as armas para vencer, está fornecendo tudo o que precisa. Não O decepcione! Ele confia em você e está torcendo para que consiga. Esse é o desejo dEle. O prazer dEle é ver que você, eu e todo mundo conseguimos nos superar e vencer os desafios que nos foram colocados para enfrentarmos.

Talvez, no final do dia, Ele possa olhar com satisfação e dizer que valeu a pena apostar em você mais uma vez. Você também poderá se olhar no espelho e se sentir bem, pois conseguiu, mesmo em meio a tantas tentações, fazer o dia ter valido a pena.

Como um general que manda seus soldados ao campo de batalha, Ele age assim conosco. Não apenas manda seus soldados de maneira irresponsável, mas pensa em cada necessidade que os soldados terão no campo de batalha para vencer seus inimigos e garantir a vitória. Antes de mandá-los à batalha, também lhes informa tudo a respeito do inimigo a ser enfrentado, pensa quais serão as melhores armas, a melhor estratégia, o melhor horário para iniciar a batalha, o momento de recuar ou de avançar mais, os alimentos e os medicamentos que os soldados precisarão para cumprir a missão que lhes foi confiada. Assim é o nosso Criador. Ele nos mandou a este mundo munidos com tudo o que precisaremos para cumprir a nossa missão.

Imagine que esse general é seu pai e que não apenas o manda para o campo de batalha para lutar, ele quer que você

*image  
not  
available*

pode mudar, não é uma ciência exata. Cada ação que você tiver interferirá no seu futuro, por isso não adianta tentar prevê-lo. Até porque isso é proibido pela Torah. Lembre-se de que você deve se programar. Pode sonhar e desejar. Isso não é problema. Apenas pense no futuro e aja no presente. O presente significa exatamente isso, um presente. O futuro é o resultado. Nosso foco deve ser somente na ação, pois o resultado do trabalho depende tão somente do Eterno.

Se sentir falta de autoconfiança, se olhar no espelho e se ver incapaz de acreditar que pode conseguir se superar, olhe para o alto, para o Eterno que confiou em você, foi Ele quem o criou, Ele o formou, Ele que o trouxe até aqui com todas as suas faculdades, Ele sabe que você é capaz.

O Eterno deposita a confiança dele em nós, para podermos cuidar de outras vidas. Se você é pai ou mãe, é um sinal de que o Eterno confiou tanto em você que, além de sua vida, Ele confiou que você será capaz de cuidar de outras vidas. Uma pessoa é como se fosse um mundo inteiro. Veja que grande confiança Ele tem em você!

Ele confiou a você uma missão gigantesca. Ele confiou que você será capaz de educar, cuidar da saúde, pensar na alimentação, dar amor e atenção a uma criança e prepará-la para o mundo. Talvez, vendo por essa ótica, você até se assuste, mas se Ele confiou que você é capaz é porque Ele sabe. Ele o dotou com as habilidades necessárias para fazer o que for preciso para que essa vida que está sob sua responsabilidade seja feliz. Mesmo que, aparentemente você não saiba como cuidar dos filhos, Ele sabe que você tem a capacidade de aprender como fazer da melhor forma possível. Essa é uma missão linda e muitos não podem ter. Se não acredita em você mesmo, acredite em quem sabe mais do que você, que sabe mais do que eu e mais do que todo mundo.

O Eterno depositou em suas mãos grande fortuna. E agora? Como lidar com a riqueza?

*image  
not  
available*

# **NOSSO FOCO E NOSSO OBJETIVO**

## **CAPÍTULO 6**

### **TER FOCO, TER UM PLANO, TER UMA META**

Acordar de manhã e começar o dia parece algo fácil. Basta abrir os olhos, respirar fundo, espreguiçar-se, levantar-se e pronto. Está dado início a mais um dia comum na vida de pessoas comuns iguais a você e eu.

Entretanto, na realidade, existe um grupo de pessoas que não acorda quando abre os olhos de manhã, fica o dia inteiro torcendo para que o dia passe logo para voltar para a cama e se desligar do mundo. Infelizmente, algumas delas estão utilizando ansiolíticos para acelerar o processo do sono. O sono é a fuga da realidade, é uma maneira de fugir dos problemas e deixar tudo para trás, por pelo menos algumas horas, e, na manhã seguinte, recomeçar tudo novamente. O ciclo se repete por dias, meses e até anos a fio.

Para algumas pessoas, fazer isso se tornou parte do seu comportamento e o fazem de uma maneira quase ou totalmente inconsciente. Mas será que é essa a missão de vida delas? Terá sido para isso que vieram ao mundo? Para viver dessa maneira, se é que se pode chamar isso de viver, foram sustentadas e trazidas até esse momento pelo Criador. Por continuarem agindo assim, que o Eterno aposta mais uma vez a cada manhã nessas pessoas. Se você ainda não entendeu, volte e releia o assunto no capítulo cinco.

Como falado anteriormente, existe alguém que nos mandou a este mundo com uma missão específica, e Ele nos deu tudo o que precisamos para superar o que se apresentar em nossas vidas. Esse conceito deve ser fixo na sua mente.

Tudo o que ocorreu em nossas vidas, e que por um momento talvez tenhamos avaliado como algo ruim, na realidade foi bom e serviu para moldar nosso caráter, nossa personalidade e

*image  
not  
available*

não secar.

No outro dia, os amigos mudaram a estratégia e disseram a ele que o curso do rio havia voltado ao normal. Porém, no exato momento em que entrava na sua propriedade, as águas deixavam o leito do rio e flutuavam só descendo novamente após cruzar o limite da sua fazenda. Assim, ele perderia a oportunidade de irrigar suas plantações e atender às necessidades do seu rebanho e teria que comprar água por um preço muito alto. Ele respondeu tranquilamente: “Eu não vou mais plantar nem criar animais. Viverei de turismo agora. Todo mundo vai querer ver um rio flutuante”.

Ter uma mente treinada para ser positiva é o primeiro passo para eliminar qualquer possibilidade para que surja em seus pensamentos a tristeza, o estresse, a ansiedade ou até mesmo a depressão. No momento de aperto, seja um ponto de luz, ilumine o acontecimento com a centelha do que de bom que tem nesse evento. No início não será fácil, mas com treino e prática vira um comportamento natural, um hábito.

Vivemos em um mundo corrido, porém essa não é nossa missão. Tenho certeza de que, em condições cognitivas normais, ninguém vai pensar que a sua missão na vida é apenas trabalhar, formar uma família e existir nesse mundo sem que houvesse algum significado especial para estar aqui. Victor Frankl, um dos maiores psicanalistas do século XX, no seu livro *“Em busca de sentido”* relata a sua experiência no campo de concentração na Segunda Guerra Mundial. Ele conta que continuou a lutar para se manter vivo graças ao sentimento de ter uma missão. No seu relato, ele afirma que mantinha uma ideia fixa de que tinha algo importante para fazer depois do fim da guerra.

Uma pessoa que vive sem ter em sua mente um objetivo claro de que não está aqui por acaso e que tem algo de importante para realizar em sua vida, pode ser considerada como uma pessoa morta.