

A Conquista da Felicidade

Se você me perguntasse se eu era feliz antes de estudar Logosofia, sabe qual seria a resposta? Sim, eu era e sou feliz. Entretanto, observava em mim a tendência de colocar a felicidade no que eu ainda tinha por conquistar, o que é bastante comum nos jovens. Um dia, li a seguinte frase em um livro de Logosofia: "A felicidade é algo que a vida nos outorga através de pequenas porções de bem". E se algo me é outorgado, significa que eu fiz por merecer. Isso fez surgir em mim as seguintes perguntas: como posso fazer para ser merecedora dessas pequenas porções de bem? Quanto de esforço preciso fazer para que as porções sejam maiores? Ou eu espero que a felicidade venha do acaso? Mas percebi que eu e todas as pessoas temos uma grande prerrogativa, que é a de sermos donos da nossa própria felicidade, cultivando-a na vida. Portanto, deparei-me com a seguinte questão: o que é a felicidade? Aos poucos, fui observando algumas delas nos meus dias: os sentimentos que eu tenho pelos meus familiares e amigos, as alegrias que eu vivo ao superar alguma dificuldade, etc. Também fui surpreendida por uma enorme porção de bem que eu não havia percebido — o conhecimento dos pensamentos como entidades autônomas que vivem na mente humana e que podem ser criadas e utilizadas por mim. Mas por que esse conhecimento é uma porção de bem? Vou explicar através de um exemplo. Certa vez, eu precisava fazer uma bateria de exames de sangue e percebi na minha mente pensamentos que me diziam "o dia vai ser horrível", "vou ter que passar horas no laboratório" e "tomara que passe rápido". Com esses pensamentos, meu dia estava destinado a ser infeliz. Resolvi, então, que iria mudar os meus pensamentos, algo que somente o conhecimento dessa realidade permite fazer. Assim, criei 3 novos pensamentos para me amparar no dia seguinte. Eram eles: "a dor ser pequena e existem dores bem maiores", "este exame é para o meu próprio bem, pois é para cuidar da minha saúde" e "posso aproveitar o tempo para ler, estudar e assistir televisão". Eu sempre vou recordar do dia que passei no laboratório, pois foi um dia muito feliz. Senti uma felicidade que eu fiz por merecer, pois criei através do conhecimento. Se conhecer essa realidade é capaz de fazer com que eu mude de estado de ânimo, o que mais esse conhecimento é capaz de fazer? E a vida é a soma dos momentos que se vive? Isso abriu para mim uma nova perspectiva, que é a de ter o domínio sobre a minha própria felicidade. Assim, tendo como base o conhecimento, se pode começar a sentir a felicidade no presente, em todos os momentos que se vive. Escrito por Juliana Bertaiolli Dirksen

Sobre o Autor

"Artigos Para Pensar" constitui-se numa série de autores de artigos que levam o leitor a refletir sobre inúmeros assuntos, como tempo, vida, futuro, felicidade, problemas, etc.

Source: <http://www.artigopt.com>