

## INDICE

<i>Prefácio, de Sri Daya Mata</i> . . . . .	xxi
<i>Introdução</i> . . . . .	xxiv
<b>Como os Buscadores Encontraram Deus pela Primeira Vez. . . .</b>	<b>3</b>
<i>Três aspectos da Natureza</i> . . . . .	3
<i>Um caso sobre Brahma, Vishnu e Shiva</i> . . . . .	4
<i>Deus, a Causa Suprema</i> . . . . .	5
<i>Em toda parte há evidências de ordem e harmonia</i> . . . . .	5
<i>Devoção e atividade correta atraem a atenção de Deus</i> . . . . .	6
<i>A meditação é a mais elevada forma de atividade</i> . . . . .	7
<i>O Eu é seu salvador</i> . . . . .	9
<i>A razão dá ao homem o poder de buscar Deus</i> . . . . .	10
<i>As duas vias: atividade e meditação</i> . . . . .	11
<i>Céus plenos de eterna bem-aventurança se abrirão</i> . . . . .	12
<b>A Universalidade da Yoga</b> . . . . .	<b>13</b>
<i>Um cego não pode guiar outro cego</i> . . . . .	14
<i>A Yoga converte a teologia em experiência prática</i> . . . . .	16
<i>A alma deve reascender a Deus</i> . . . . .	17
<i>O segredo da felicidade é a consciência da presença de Deus</i> . . . . .	18
<i>A meditação faz o iogue</i> . . . . .	20
<b>A Natureza Infinita de Deus</b> . . . . .	<b>22</b>
<i>Descemos do Infinito para o finito</i> . . . . .	23
<i>A verdadeira natureza de Deus só é conhecida pela intuição</i> . . . . .	24
<i>Satã criou a ignorância, causa de todo sofrimento</i> . . . . .	26
<i>A meditação dissipa o nevoeiro da ignorância</i> . . . . .	28
<i>Dê a Deus o primeiro lugar em seu coração</i> . . . . .	29
<i>Desperte do pesadelo do sofrimento</i> . . . . .	31
<i>Em união com Deus, saiba que a vida é um sonho</i> . . . . .	32
<b>Orações Atendidas</b> . . . . .	<b>33</b>
<i>A oração é uma ordem da alma</i> . . . . .	34
<i>Na força de vontade está a semente do êxito</i> . . . . .	35
<i>Cauterize os “não posso” em seu cérebro</i> . . . . .	36
<i>Busque a companhia dos que fortalecem sua fé</i> . . . . .	37
<i>Garanta a sua entrada final no céu</i> . . . . .	38
<i>Reforce a força de vontade pela concentração</i> . . . . .	40
<i>Quem persistirá até que Deus responda?</i> . . . . .	42
<i>Deus é sua maior necessidade</i> . . . . .	43
<i>Siga as regras da oração</i> . . . . .	44

<b>Fazer da Religião uma Ciência . . . . .</b>	<b>45</b>
<i>Deus espera o seu convite . . . . .</i>	46
<i>A criação destina-se a desapontá-lo . . . . .</i>	47
<i>Busque uma compreensão definida da Verdade . . . . .</i>	48
<i>Por meio da Yoga, a religião pode tornar-se científica . . . . .</i>	49
<i>Satã nos faz pensar que Deus é inatingível . . . . .</i>	51
<i>Meditação, a verdadeira prática da religião . . . . .</i>	52
<i>A meditação fornece a prova da existência de Deus . . . . .</i>	53
<i>Intensidade, sigilo, devoção e perseverança são necessários . . . . .</i>	54
<b>Compreender a Irrealidade da Matéria . . . . .</b>	<b>56</b>
<i>Os elementos químicos da matéria são vibrações eletrônicas . . . . .</i>	57
<i>O universo é o sonho de Deus . . . . .</i>	59
<b>A Maior Aventura do Homem . . . . .</b>	<b>61</b>
<i>A origem e o poder da memória . . . . .</i>	62
<i>A criação – dupla aventura de Deus e do homem . . . . .</i>	63
<i>Consciência pré-natal . . . . .</i>	65
<i>O sopro da vida . . . . .</i>	66
<i>O homem deve se ajudar . . . . .</i>	67
<i>Os inimigos sutis . . . . .</i>	68
<i>Prepare-se para todas as batalhas . . . . .</i>	68
<i>A importância do poder mental . . . . .</i>	69
<i>A proteção suprema está na comunhão com Deus . . . . .</i>	70
<i>O objetivo da aventura de nossa vida . . . . .</i>	72
<b>Autoanálise: Chave para Dominar a Vida . . . . .</b>	<b>73</b>
<i>Sem autoanálise, o homem vive como um robô . . . . .</i>	73
<i>Características de vidas passadas nos influenciam no presente . . . . .</i>	74
<i>Tudo o que você fez, pode desfazer . . . . .</i>	75
<i>O pensamento produz tudo no universo . . . . .</i>	75
<i>Os sonhos revelam a onipotência da mente . . . . .</i>	76
<i>Modifique sua atitude mental . . . . .</i>	77
<i>As condições da felicidade: vida simples e pensamento elevado . . . . .</i>	78
<i>A solidão é o preço da grandeza . . . . .</i>	79
<b>A Cura pelo Poder Ilimitado de Deus . . . . .</b>	<b>81</b>
<i>O desenvolvimento equilibrado é essencial . . . . .</i>	82
<i>Obedeça às leis da natureza e tenha mais fé em Deus . . . . .</i>	83
<i>Frutas, legumes e nozes são superiores à carne . . . . .</i>	84
<i>Purifique o corpo das toxinas nocivas . . . . .</i>	85
<i>Aumente sua resistência natural às doenças . . . . .</i>	86
<i>Você pode aumentar o seu tempo de vida . . . . .</i>	88
<i>O poder de um sorriso . . . . .</i>	88

<i>A cura permanente vem de Deus</i> . . . . .	89
<b>Eliminar do Rádio Mental a Estática do Medo</b> . . . . .	<b>91</b>
<i>O mundo é apenas um pensamento na mente de Deus</i> . . . . .	92
<i>O medo não pode entrar em um coração tranquilo</i> . . . . .	93
<i>Seja cauteloso, não medroso</i> . . . . .	94
<i>Técnicas para eliminar o medo</i> . . . . .	95
<i>O medo cessa pelo contato com Deus</i> . . . . .	95
<i>Um único pensamento pode levar à redenção</i> . . . . .	96
<b>Nervosismo – Causa e Cura</b> . . . . .	<b>98</b>
<i>Os efeitos de longo alcance do nervosismo</i> . . . . .	98
<i>O sistema nervoso</i> . . . . .	99
<i>Supere o nervosismo escolhendo boas companhias</i> . . . . .	100
<i>A calma é a melhor cura</i> . . . . .	101
<b>Recompensas Físicas e Espirituais do Jejum</b> . . . . .	<b>102</b>
<i>Autocontrole – o caminho mais sensato para a saúde e a felicidade</i> . . . . .	104
<i>Conheça o modo correto de jejuar</i> . . . . .	105
<i>Funcionar bem em todas as circunstâncias</i> . . . . .	106
<i>A ciência metafísica por trás do jejum</i> . . . . .	106
<b>Autorrealização: Critério da Religião</b> . . . . .	<b>108</b>
<i>O desenvolvimento espiritual deve equilibrar o progresso material</i> . . . . .	110
<i>Meu único desejo é dar-lhe um vislumbre de Deus</i> . . . . .	111
<i>É necessário compreender o significado da religião</i> . . . . .	112
<i>A verdadeira religião satisfaz às exigências da alma</i> . . . . .	113
<i>Seja qual for a religião que escolher, examine-a bem</i> . . . . .	114
<i>Perceber Deus exige esforço em autodisciplina</i> . . . . .	115
<i>Todas as igrejas devem ser colmeias de comunhão com Deus</i> . . . . .	116
<i>Métodos científicos necessários para seguir o primeiro mandamento</i> . . . . .	117
<i>A Autorrealização transforma a convicção em experiência</i> . . . . .	119
<i>Pratique a verdade – medite – para comungar com Deus</i> . . . . .	120
<b>O Desejo que Satisfaz Todos os Desejos</b> . . . . .	<b>121</b>
<i>Filhos de Deus não devem mendigar</i> . . . . .	122
<i>O perigo dos desejos insatisfeitos</i> . . . . .	123
<i>Ame seus inimigos</i> . . . . .	124
<i>A consciência dirá o que você é</i> . . . . .	124
<i>Deus é o tesouro que o homem perdeu</i> . . . . .	125
<i>Leve Deus a sério, não a vida</i> . . . . .	126
<i>O ambiente modela nossos desejos</i> . . . . .	128

<i>Permaneça a salvo na fortaleza da presença de Deus</i> . . . . .	129
<i>Carregue um paraíso portátil dentro de você</i> . . . . .	130
<b>Toda a Felicidade Está em Deus</b> . . . . .	<b>132</b>
<i>Deus virá aos que realmente O querem</i> . . . . .	133
<i>Busque Deus na solidão</i> . . . . .	135
<i>Siga apenas a Deus</i> . . . . .	136
<b>Como Se Tornar Uma Pessoa Mais Querida</b> . . . . .	<b>138</b>
<i>O poder de atração vem de dentro</i> . . . . .	139
<i>De modo geral, você é julgado pela maneira como se comporta</i> . . . . .	140
<i>Na companhia dos outros, seja sincero e atencioso</i> . . . . .	141
<i>Viva para os outros e eles viverão para você</i> . . . . .	142
<i>O perfeito equilíbrio é o altar de Deus</i> . . . . .	144
<i>Busque Deus e seja vitorioso na vida</i> . . . . .	145
<b>Desenvolver a Personalidade</b> . . . . .	<b>148</b>
<i>A intuição desenvolve a verdadeira personalidade</i> . . . . .	150
<i>O homem pode ser o que quiser</i> . . . . .	151
<i>Jamais esqueça sua verdadeira natureza!</i> . . . . .	152
<i>Desperte sua personalidade divina</i> . . . . .	152
<b>A Divina Arte de Fazer Amigos</b> . . . . .	<b>154</b>
<i>Desenvolva as amizades do passado</i> . . . . .	155
<i>Para atrair amigos, melhore seu caráter</i> . . . . .	155
<i>Faça como Deus faz: dê amizade a todos</i> . . . . .	156
<i>A amizade universal começa em casa</i> . . . . .	157
<b>A Verdadeira Experiência do Êxtase Espiritual</b> . . . . .	<b>159</b>
<i>O vinho do êxtase espiritual é incomparável</i> . . . . .	160
<i>A consciência tem alcance ilimitado</i> . . . . .	161
<i>Qual é a prova da Autorrealização?</i> . . . . .	161
<i>Além do caleidoscópio da subconsciência</i> . . . . .	162
<b>Três Caminhos para a Consciência Cósmica</b> . . . . .	<b>164</b>
<i>Concentração – requisito para encontrar Deus</i> . . . . .	165
<i>A Fonte invisível dos mundos visíveis</i> . . . . .	166
<i>O primeiro caminho para a consciência cósmica</i> . . . . .	168
<i>O segundo caminho</i> . . . . .	169
<i>O terceiro e supremo caminho</i> . . . . .	169
<b>Seja um Milionário de Sorrisos</b> . . . . .	<b>171</b>
<i>Além da paz, está a bem-aventurança</i> . . . . .	171
<i>Sorria com o amor de Deus</i> . . . . .	172
<i>Para encontrar a bem-aventurança, medite</i> . . . . .	173

---

<i>Como eliminar impressões externas</i> . . . . .	175
<i>O filme da criação</i> . . . . .	176
<i>Não questione Deus – ame-O</i> . . . . .	177
<b>Senhor, Possui-nos com Teu Amor</b> . . . . .	<b>178</b>
<i>Deus é o Amante por trás de todo amor</i> . . . . .	179
<i>Não percam tempo</i> . . . . .	180
<i>Digam a Deus que Ele é seu</i> . . . . .	181
<b>Controlar Seu Destino no Ano Novo</b> . . . . .	<b>182</b>
<i>Resgate sua divindade perdida</i> . . . . .	183
<i>Use a vontade e o discernimento</i> . . . . .	184
<i>Será você uma antiguidade psicológica?</i> . . . . .	186
<i>Uma correnteza de poder divino</i> . . . . .	187
<i>A melhor resolução – dê mais tempo a Deus</i> . . . . .	189
<b>Como Enganar a Tentação</b> . . . . .	<b>190</b>
<i>Por que as experiências sensoriais são sedutoras</i> . . . . .	191
<i>O hábito é um ditador impiedoso</i> . . . . .	191
<i>A sabedoria é a melhor proteção do homem</i> . . . . .	192
<i>Mesmo que seja o maior dos pecadores, esqueça-o</i> . . . . .	194
<i>Mantenha a mente fixa na divina consciência da meditação</i> . . . . .	195
<b>Curar o Alcoolismo Mental</b> . . . . .	<b>197</b>
<i>Um conceito falso</i> . . . . .	198
<i>Influências neutralizantes</i> . . . . .	198
<i>Ditadores mesquinhos</i> . . . . .	199
<b>Vencer o Mau Humor</b> . . . . .	<b>201</b>
<i>Vivemos em uma vitrine</i> . . . . .	201
<i>As mudanças de humor tomam conta da mente vazia</i> . . . . .	203
<i>Alterações de humor são o freio nas rodas de seu progresso</i> . . . . .	204
<i>O efeito mágico do amor sincero</i> . . . . .	205
<i>Viva em um mundo de maravilhas</i> . . . . .	206
<i>O temor insinua-se, quando Deus é excluído da vida</i> . . . . .	207
<b>A Reencarnação Pode Ser Provada Cientificamente</b> . . . . .	<b>209</b>
<i>A lei científica</i> . . . . .	209
<i>Como foram descobertas as leis espirituais</i> . . . . .	210
<i>Relaxamento no sono</i> . . . . .	211
<i>Quando a corrente se desliga</i> . . . . .	211
<i>Um caso surpreendente</i> . . . . .	212
<i>Siga os métodos</i> . . . . .	213
<b>Reencarnação: Viagem da Alma para a Perfeição</b> . . . . .	<b>214</b>

<i>A importância do tempo</i> . . . . .	215
<i>Nosso estilo de vida determina o que seremos na próxima vida</i>	216
<i>Analise-se para ver como deve mudar</i> . . . . .	219
<i>Procure discernir entre valor interno e posição externa</i> . . . . .	220
<i>Intercâmbio de almas entre Oriente e Ocidente</i> . . . . .	221
<i>Associações passadas influenciam afinidades presentes</i> . . . . .	223
<i>Coração puro – descortino claro</i> . . . . .	224
<i>Devemos aperfeiçoar o amor em pelo menos um relacionamento</i>	225
<b>Reencarnará Jesus Outra Vez?</b> . . . . .	<b>226</b>
<i>A justiça divina e a lei da reencarnação</i> . . . . .	227
<i>Jesus foi Eliseu na sua vida anterior</i> . . . . .	228
<i>Cristo aparece em visão e em carne e osso para seus devotos</i> . .	229
<i>Todos os grandes avatares voltarão</i> . . . . .	231
<b>A Natureza Onírica do Mundo</b> . . . . .	<b>234</b>
<i>A matéria origina-se no pensamento</i> . . . . .	235
<i>O orgulho é a maior barreira à sabedoria</i> . . . . .	237
<i>Dissocie-se de suas experiências</i> . . . . .	238
<i>Concentre-se primeiro em Deus</i> . . . . .	239
<b>A Natureza de Deus no Pai e na Mãe</b> . . . . .	<b>243</b>
<i>Parte um: a Mãe</i> . . . . .	243
<i>Parte dois: o Pai</i> . . . . .	245
<i>O exemplo é o melhor professor</i> . . . . .	246
<b>Observar a Criação com Olhos Abertos</b> . . . . .	<b>248</b>
<i>As limitações dos sentidos físicos</i> . . . . .	250
<i>O potencial infinito do pensamento</i> . . . . .	252
<i>Na consciência de Deus, tudo se torna belo</i> . . . . .	253
<i>Este mundo é um lugar temporário</i> . . . . .	254
<i>Busque o Senhor que Se esconde atrás da criação</i> . . . . .	255
<b>O Homem Invisível</b> . . . . .	<b>258</b>
<i>Investigue a eletricidade que dá luz à lâmpada do corpo</i> . . . . .	259
<i>O corpo do homem compõe-se de 35 pensamentos de Deus</i> . . .	260
<i>O homem invisível está livre de sofrimento e morte</i> . . . . .	262
<i>Tudo é resultado de uma ideia</i> . . . . .	263
<i>Perceba agora sua imortalidade</i> . . . . .	264
<b>O Que São Fantasmas?</b> . . . . .	<b>265</b>
<i>A tríplice natureza do homem</i> . . . . .	266
<i>Após a morte continuamos encerrados nos corpos astral</i> <i>e causal</i> . . . . .	269
<i>A inteligência no prana cria o corpo físico</i> . . . . .	270

---

<i>Não se deve temer a morte</i> . . . . .	271
<i>É possível entrar e sair do corpo conscientemente</i> . . . . .	273
<i>O poder da magia negra está em seu pensamento</i> . . . . .	275
<i>A guerra cósmica do bem e do mal</i> . . . . .	275
<i>A tentação de Adão e Eva</i> . . . . .	277
<i>Ouçã apenas a voz de Deus</i> . . . . .	278
<b>Jesus: um Cristo do Oriente e do Ocidente</b> . . . . .	<b>279</b>
<i>A verdadeira natureza da estrela do Oriente</i> . . . . .	281
<i>Treine seu coração para sentir a fraternidade humana</i> . . . . .	284
<i>Deus não gosta de ser esquecido</i> . . . . .	286
<i>Uma visão de Cristo na escola Yogoda, na Índia</i> . . . . .	287
<i>A verdade é uma experiência universal</i> . . . . .	288
<b>Cristo e Krishna: Avatares da Verdade Única</b> . . . . .	<b>290</b>
<i>A Consciência Universal</i> . . . . .	293
<i>Os conceitos de Deus e da Trindade coincidem</i> . . . . .	295
<i>As armadilhas da consciência corporal</i> . . . . .	297
<i>O significado da vida de Krishna para o homem moderno</i> . . . . .	299
<i>As doutrinas morais universais nas escrituras</i> . . . . .	300
<i>A reencarnação no Gita e na Bíblia</i> . . . . .	301
<i>Cristo nasceu oriental para unir Oriente e Ocidente</i> . . . . .	302
<b>Uma Visão de Cristo e de Krishna</b> . . . . .	<b>303</b>
<b>Os Dez Mandamentos: As Regras Eternas da Felicidade</b> . . . . .	<b>304</b>
<i>As dez regras eternas da felicidade</i> . . . . .	306
<b>Como Ler o Caráter</b> . . . . .	<b>313</b>
<i>Aparência física, indício do caráter</i> . . . . .	314
<i>Emoções, indícios do caráter</i> . . . . .	315
<i>Equanimidade, chave para o desenvolvimento</i> . . . . .	316
<i>Características animais no homem</i> . . . . .	317
<i>A intuição é o juiz mais seguro do caráter</i> . . . . .	319
<b>Como Ser Feliz à Vontade</b> . . . . .	<b>320</b>
<i>O motivo das reações</i> . . . . .	320
<i>Paz negativa e paz positiva</i> . . . . .	321
<i>Beba a bem-aventurança em grandes goles</i> . . . . .	322
<b>Passos para a Consciência Crística Universal</b> . . . . .	<b>324</b>
<i>Expansão psicológica da consciência</i> . . . . .	326
<i>Memória consciente, subconsciente e superconsciente</i> . . . . .	327
<i>Compaixão, chave para a Consciência Crística</i> . . . . .	328
<i>O caminho metafísico para a Consciência Crística</i> . . . . .	329

Os “Filhos de Deus” . . . . .	330
<b>Equilíbrio Mental em um Mundo Mutável . . . . .</b>	<b>332</b>
<i>A dor só é percebida na mente . . . . .</i>	333
<i>Você pode se libertar dos ditadores sensórios . . . . .</i>	334
<i>Hábitos começam a se formar aos três anos . . . . .</i>	335
<i>A vida do homem é totalmente independente do corpo. . . . .</i>	337
<i>O modo correto de encarar a morte . . . . .</i>	338
<i>Irradie paz e bondade . . . . .</i>	339
<i>O bem e o mal são criados na mente. . . . .</i>	340
<i>Quando a alma ordena, a mente obedece . . . . .</i>	341
<b>A Vida Equilibrada: Cura de Anomalias Mentais . . . . .</b>	<b>342</b>
<i>Melancolia espiritual . . . . .</i>	343
<i>Indigestão espiritual. . . . .</i>	343
<i>Extravagância mental . . . . .</i>	344
<i>Gripe mental. . . . .</i>	344
<i>Catarro mental. . . . .</i>	344
<i>Fixação psicológica. . . . .</i>	344
<i>Fixação religiosa. . . . .</i>	345
<i>Princípios espirituais devem ser ensinados . . . . .</i>	345
<i>São necessárias escolas que ensinem a viver. . . . .</i>	346
<b>Aumentar o Poder da Iniciativa . . . . .</b>	<b>348</b>
<i>Não seja uma pessoa de “1 HP” . . . . .</i>	349
<i>Você deve descobrir o poder que tem. . . . .</i>	351
<i>O Poder Infinito do Senhor o sustenta. . . . .</i>	352
<i>Deus planejou o mundo para nossa recreação. . . . .</i>	353
<b>Quem Fez Deus? . . . . .</b>	<b>354</b>
<i>Perspectivas diversas . . . . .</i>	355
<i>O Espírito está livre de causalidade. . . . .</i>	356
<b>O Elo Perdido Entre a Consciência e a Matéria. . . . .</b>	<b>358</b>
<i>Diferença entre delusão e ilusão. . . . .</i>	358
<i>A grande ilusão do Mágico do Cosmos . . . . .</i>	359
<i>Como a consciência tornou-se matéria . . . . .</i>	360
<i>Pensamentos errôneos obstruem as perfeitas</i> <i>imagens-pensamento de Deus . . . . .</i>	361
<i>Vontade, o energizador cósmico . . . . .</i>	363
<b>É Deus Pai ou Mãe? . . . . .</b>	<b>364</b>
<i>Deus é Pai e Mãe . . . . .</i>	366
<i>A razão e o sentimento puros são intuitivos . . . . .</i>	368
<i>Uma visão da Mãe Divina . . . . .</i>	369



<i>Um teste de fé</i> .....	371
<b>A Arte de Desenvolver a Memória</b> .....	<b>374</b>
<i>Desenvolva a memória divina</i> .....	375
<i>Efeito do exercício físico sobre a memória</i> .....	375
<i>Alimentos que aumentam o poder da memória</i> .....	376
<i>Pratique exercícios de memória</i> .....	376
<i>A meditação fortalece a memória</i> .....	377
<i>Recorde as boas experiências</i> .....	378
<b>A Eterna Busca do Homem</b> .....	<b>380</b>
<i>O que é uma vida bem-sucedida?</i> .....	381
<i>A felicidade é criação de nossa própria mente</i> .....	381
<i>O verdadeiro êxito é ser feliz em todas as circunstâncias</i> .....	382
<i>O progresso evolutivo do homem está no poder do pensamento</i> .....	383
<i>Receba o conhecimento diretamente do Espírito</i> .....	383
<i>A evolução do homem ordenada pela lei cósmica</i> .....	384
<i>A eterna busca do homem acaba em Deus</i> .....	385
<i>A natureza encobre a presença de Deus</i> .....	386
<i>Como descobrir o Espírito</i> .....	387
<i>Yoga é a ciência para encontrar Deus</i> .....	387
<i>Para chegar a Deus, sua oração deve ser intensa</i> .....	389
<i>A prática da yoga desperta o anseio da alma</i> .....	390
<i>Este mundo é feito só de imagens de luz</i> .....	390
<i>Deus é o nosso único e verdadeiro objetivo</i> .....	391
<b>A Arte de Viver</b> .....	<b>393</b>
<i>Métodos práticos para o desenvolvimento harmonioso</i> .....	394
<i>Seja calmamente ativo e ativamente calmo</i> .....	396
<b>Hábito – Seu Senhor ou Escravo?</b> .....	<b>398</b>
<i>É a escravidão aos hábitos congênita ou adquirida?</i> .....	399
<i>Destitua um mau hábito-presidente e emposse um bom</i> .....	400
<i>É necessário tempo para estabelecer hábitos, bons ou maus</i> .....	401
<b>Criar e Destruir Hábitos à Vontade</b> .....	<b>404</b>
<i>Por que deixar que seus hábitos o governem?</i> .....	407
<i>Seja guiado pela sabedoria, não pela convenção</i> .....	408
<i>Liberdade verdadeira versus liberdade caprichosa</i> .....	409
<i>Combata os maus hábitos com o poder do “não quero”</i> .....	410
<i>Hábitos são discos mentais</i> .....	410
<i>Conserve sua liberdade como filho de Deus</i> .....	411
<b>Desenvolver a Vontade Dinâmica</b> .....	<b>414</b>
<i>Sabedoria e vontade governam o corpo e a mente</i> .....	416

<i>Vontade fisiológica – primeira expressão da força de vontade. . .</i>	417
<i>Sem sabedoria, a vontade torna-se escrava do hábito . . . . .</i>	418
<i>Estágios de desenvolvimento da vontade. . . . .</i>	420
<i>O mundo tentará enganá-lo . . . . .</i>	421
<i>Na sua força de vontade reside a imagem de Deus . . . . .</i>	422
<i>Nada é impossível quando a vontade se torna dinâmica . . . . .</i>	422
<b>Busque Deus Agora! . . . . .</b>	<b>425</b>
<i>A perseverança é a mágica do sucesso espiritual . . . . .</i>	426
<i>Mantenha um encontro diário com Deus . . . . .</i>	428
<i>Kriya Yoga – o método mais elevado de contato com Deus. . . . .</i>	429
<i>Para encontrar Deus, seja leal a Ele. . . . .</i>	430
<b>Por Que Perder Tempo? Deus É a Alegria que Você Procura. . . . .</b>	<b>433</b>
<i>“Minhas palavras não passarão” . . . . .</i>	433
<i>A vida é uma caravana . . . . .</i>	434
<i>Boa companhia é de suprema importância . . . . .</i>	435
<i>Nunca esqueçam a Deus . . . . .</i>	435
<i>Avançando em direção ao reino do Senhor . . . . .</i>	436
<i>Agradem às pessoas, agradando a Deus. . . . .</i>	437
<i>Busquem o reconhecimento de Deus . . . . .</i>	439
<b>Deus Como Luz e Alegria. . . . .</b>	<b>442</b>
<i>O caminho para a verdadeira liberdade . . . . .</i>	443
<i>Da realização divina provém todo o poder . . . . .</i>	443
<i>Deus só fala através de Seus devotos. . . . .</i>	445
<i>Deus é o único Guru . . . . .</i>	446
<i>Chorei e rezei, dia e noite . . . . .</i>	447
<i>Orem somente para conhecer Deus . . . . .</i>	448
<b>Encontrei Deus? . . . . .</b>	<b>449</b>
<b>O Objetivo da Vida É Encontrar Deus . . . . .</b>	<b>451</b>
<i>Ignorar Deus não é sensato . . . . .</i>	452
<i>O romance do amor divino. . . . .</i>	455
<b>Deus! Deus! Deus! (poema). . . . .</b>	<b>457</b>
<i>Paramahansa Yogananda: um iogue na vida e na morte. . . . .</i>	458
<i>Objetivos e Ideais da Self-Realization Fellowship. . . . .</i>	459
<i>Glossário. . . . .</i>	460

---

# Como os Buscadores Encontraram Deus pela Primeira Vez

*Sede internacional da Self-Realization Fellowship,  
Los Angeles, Califórnia, 11 de novembro de 1934*

Facilmente podemos compreender de que maneira o homem concebeu, pela primeira vez, a ciência médica. Ao sofrer fisicamente, procurou um método de cura. Mas o que motivou o homem a procurar descobrir coisas sobre Deus? Esta questão dá margem a uma profunda reflexão.

Nos *Vedas*<sup>1</sup> da Índia, encontramos o primeiro conceito verdadeiro de Deus. Em suas escrituras, a Índia deu ao mundo verdades imortais que resistiram ao teste do tempo.

Todo inventor, no plano da matéria, é movido por uma necessidade material – “a necessidade é a mãe da invenção”. Também motivados pela necessidade, os antigos *rishis*<sup>2</sup> da Índia tornaram-se fervorosos buscadores espirituais. Eles descobriram que, sem satisfação interior, nenhum acúmulo de sucesso exterior consegue trazer felicidade duradoura. Como, então, pode alguém vir a ser realmente feliz? Este foi o problema que os sábios da Índia se encarregaram de resolver.

## Três aspectos da natureza

O culto a Deus em tempos pré-históricos começou pelo medo

---

1 Do sânscrito *vid*, “conhecer”. Os *Vedas* compreendem uma volumosa escritura de 100.000 parselhas de versos. A origem dos *Vedas* perde-se na antiguidade. Foram transmitidos oralmente, durante milênios, até que Vyasa, um sábio contemporâneo de Bhagavan Krishna, os escreveu e classificou em quatro livros: *Rig Veda*, *Sama Veda*, *Yajur Veda* e *Atharva Veda*.

2 Literalmente, “videntes”. Os *rishis* eram indivíduos inspirados a quem foram revelados os *Vedas*, em antiguidade indeterminável.

que o homem tinha diante das várias forças da natureza. Quando chovia excessivamente, as inundações matavam muita gente. Aterrorizado, o homem passou a acreditar que a chuva, o vento e outras forças naturais fossem deuses.

Mais tarde, os seres humanos perceberam que a natureza opera de três modos: criando, preservando e dissolvendo. A onda que se levanta no oceano exemplifica o estado de criação; pairando por um momento na crista do mar, acha-se no estado de preservação; e, mergulhando de novo nas águas profundas, passa para o estado de dissolução.

Assim como Jesus viu a força universal do mal personificada em Satã, também os grandes *rishis* viram as forças universais de criação, preservação e dissolução personificadas em formas definidas. Os sábios de outrora chamaram-nas de Brahma, o Criador; Vishnu, o Preservador; e Shiva, o Destruidor. Esses poderes primários foram criados como projeções do Espírito imanifestado, a fim de dar sequência a Seu infinito drama universal, enquanto Ele, como Deus transcendente à criação, permanece sempre oculto por trás da consciência desses poderes. Em épocas de dissolução cósmica, toda a criação e suas vastas forças ativadoras voltam a dissolver-se no Espírito. Ali repousam, até serem reconvocadas pelo Grande Diretor para reiniciarem seus papéis.<sup>3</sup>

### Um caso sobre Brahma, Vishnu e Shiva

Na Índia, há um conto popular sobre Brahma, Vishnu e Shiva. Estavam os três jactando-se de seus tremendos poderes. De súbito, um menino apareceu e disse a Brahma: “O que você cria?” “Tudo”, respondeu Brahma, majestosamente. A criança perguntou aos outros dois deuses qual a função deles. “Nós preservamos e destruímos tudo”, eles responderam.

O pequeno visitante segurava na mão um fiapo de palha, quase do tamanho de um palito de dentes. Colocando-o diante de Brahma, ele perguntou: “Pode criar uma hastezinha de palha igual a esta?”

---

<sup>3</sup> “São verdadeiros conhecedores (...) aqueles que compreendem o Dia de Brahma, que dura um milhar de ciclos (*yugas*), e a Noite de Brahma, que também dura mil ciclos. No alvorecer do Dia de Brahma, toda a criação, renascida, emerge do estado de não-manifestação; no crepúsculo da Noite de Brahma, toda a criação afunda no sono da não-manifestação” (*Bhagavad Gita* VIII:17-18).

Após um prodigioso esforço, Brahma descobriu, para sua surpresa, que não podia. O garoto voltou-se, então, para Vishnu e pediu-lhe que preservasse a palha, que lentamente começava a se desfazer sob o olhar fixo do menino. Os esforços de Vishnu para mantê-la íntegra foram infrutíferos. Finalmente, o pequeno desconhecido reproduziu o fiapo de palha e pediu a Shiva que o destruísse. Por mais que Shiva tentasse aniquilá-lo, porém, o fragmento de palha permaneceu intacto.

O menino voltou-se de novo para Brahma: “Você me criou?”, perguntou ele. Brahma pensou e pensou; não podia recordar-se de haver criado aquele menino extraordinário. De repente, o garoto desapareceu. Os três deuses despertaram de sua ilusão e se lembraram de que, por trás do poder deles, havia um Poder Maior.

### **Deus, a Causa Suprema**

No mundo ocidental, o conceito de Deus evoluiu por meio da observação da lei de causa e efeito. O homem pode materializar objetos, retirando materiais da terra e moldando-os de acordo com uma ideia preconcebida; por esse motivo, seria razoável concluir que todo o universo deve ter sido criado a partir de ideias. Isso levou ao conceito de que tudo deve ter existido, primeiro, como ideia. Alguém teve de criar a ideia primordial ou projeto cósmico. Assim, por analogia com a lei de causa e efeito, homens inteligentes raciocinaram que deve existir uma Causa Suprema.

A ciência descobriu que toda a matéria compõe-se de blocos construtores invisíveis – elétrons e prótons – exatamente como uma casa é feita de tijolos. Mas ninguém sabe dizer por que alguns elétrons e prótons transformam-se em madeira; outros, em osso humano etc. Que Inteligência os guia? Essa linha de indagação abre espaço para Deus, mesmo nas teorias científicas sobre a matéria e a natureza dos mundos dos fenômenos. Os sábios da Índia afirmaram que tudo procede e retorna para a sua origem: Deus.

### **Em toda parte há evidências de ordem e harmonia**

Percebendo que todo ser humano compõe-se de matéria e mente, os primeiros pensadores ocidentais acreditavam existir duas forças independentes: natureza e mente. Mais tarde, começaram a perguntar-se: “Por que cada coisa na natureza tem uma distribuição peculiar? Por que o homem não tem um braço mais comprido do

que o outro? Por que as estrelas e os planetas não colidem? Em todo o universo encontramos evidências de ordem e harmonia.” Concluíram que mente e matéria não poderiam ser separadas e soberanas; uma Inteligência única devia governar tudo. Esta conclusão naturalmente levou à ideia de que só existe um Deus, simultaneamente a Causa da matéria e a Inteligência dentro e por trás dela. Quem atinge a sabedoria suprema percebe que tudo é Espírito – em essência, embora oculto pela manifestação. Se tivesse essa percepção, você veria Deus em tudo. Portanto, a questão é: como O encontraram pela primeira vez aqueles que O buscaram?

Como passo inicial, fecharam os olhos para interromper o contato imediato com o mundo e a matéria, de modo a poderem concentrar-se mais plenamente em descobrir a Inteligência subjacente a ela. Pelo uso da razão, compreenderam que não poderiam contemplar a presença de Deus no seio da natureza por meio das percepções ordinárias dos cinco sentidos. Assim, começaram a tentar senti-Lo dentro de si mesmos, por meio da concentração cada vez mais profunda. Acabaram descobrindo como desligar os cinco sentidos, desse modo afastando por completo, temporariamente, a consciência da matéria. O mundo interior do Espírito começou a abrir-se.<sup>4</sup> Deus finalmente revelou-Se a esses seres magníficos da Índia antiga que persistiram firmemente nessas investigações internas.

### **Devoção e atividade correta atraem a atenção de Deus**

Dessa maneira, os santos começaram, gradualmente, a transformar a concepção de Deus na percepção Dele. Isto é o que você também precisa fazer, se pretende conhecê-Lo. Você não persiste o bastante em suas orações. Primeiro você precisa ter uma ideia correta de Deus – um conceito definido, por meio do qual possa estabelecer uma relação com Ele – e, então, precisa meditar<sup>5</sup> e orar até que essa concepção mental se transforme em realização. Então você O conhecerá. Se persistir, o Senhor virá. O Caçador de

4 “(...) pois, em verdade, o reino de Deus está dentro de vós” (Lucas 17:21).

5 Meditação é a forma especial de concentração em que o emprego de técnicas científicas de *Yoga* faz com que cesse a inquietude, característica do estado de consciência do corpo, ficando a atenção livre para focalizar-se firmemente em Deus. Meditação é o fluxo concentrado da atenção e da consciência dirigido à comunhão e à união com Deus.

Corações quer apenas o seu amor sincero. Ele é como uma criança: alguém pode Lhe oferecer toda a sua fortuna e Ele não a quer; mas outro grita: "Ó Senhor, eu Te amo!" e para o coração desse devoto Ele virá correndo.

Não procure Deus com segundas intenções, mas reze a Ele com devoção – devoção incondicional, exclusiva, imperturbável. Quando seu amor a Ele for tão grande quanto o seu apego ao corpo mortal, Ele virá a você.

Na busca de Deus, a atividade tem seu lugar – logo após a devoção. Há quem diga: "Deus é Poder; logo, vamos agir com poder." Quando você for assíduo na prática do bem, com o Senhor sempre ocupando o primeiro plano em sua mente, você O perceberá desse modo. Porém, mesmo ao fazer o bem, pode-se agir correta ou incorretamente. Um sacerdote zeloso que traz para sua congregação um número crescente de pessoas somente para satisfazer seu próprio ego não agradará a Deus com essa conduta. Perceber a presença do Morador Divino deveria ser o primeiro desejo de todos os corações.

Quando, de maneira persistente e inegoísta, você executar todas as ações com pensamentos inspirados pelo amor de Deus, Ele virá a você. Então, você compreenderá que é o Oceano da Vida que se tornou a pequena onda da existência individual. Essa é a maneira de conhecer o Senhor pela atividade. Quando, em cada ato, você pensar Nele antes, durante e depois da ação, Ele Se revelará a você. Você tem de trabalhar, mas deixe que Deus trabalhe por seu intermédio; essa é a melhor parte da devoção. Se pensar constantemente que Ele está caminhando por meio de seus pés, trabalhando por meio de suas mãos, realizando as coisas por meio de sua vontade, você O conhecerá. É preciso também desenvolver o discernimento, dando preferência a atividades espiritualmente construtivas, com a consciência em Deus, em vez de trabalhos executados sem pensar Nele.

### **A meditação é a mais elevada forma de atividade**

Maior, porém, que a atividade, a devoção ou o raciocínio, é a meditação. Meditar de verdade significa concentrar-se apenas no Espírito. Esta, a meditação esotérica, é a mais elevada forma de atividade que o homem pode desenvolver e o caminho mais equilibra-