

GUSTAVO SANTOS

ama-te

120 TEXTOS
INSPIRADORES

PARA

MUDARES
A TUA VIDA

a esfera  dos livros

A Esfera dos Livros
Rua Barata Salgueiro, n.º 30, 1.º Esq.
1269-056 Lisboa – Portugal
Tel. 213 404 060
Fax 213 404 069
www.esferadoslivros.pt

Distribuidora de Livros Bertrand, Lda.
Rua Professor Jorge da Silva Horta, n.º 1
1500-499 Lisboa
Tel. 21 762 60 00 (geral) / 21 762 61 96
Fax 21 760 95 92
distribuidora@bertrand.pt

Reservados todos os direitos
de acordo com a legislação em vigor

© Gustavo Santos, 2016
© A Esfera dos Livros, 2016

1.ª edição: abril de 2016

Capa: Ideias com Peso

Revisão: João Carlos Alvim
Paginação: Segundo Capítulo
Impressão e Acabamento: Gráfica Manuel Barbosa & Filhos

Depósito legal n.º 405 550/16
ISBN 978-989-626-745-2

*Para ti,
Ama-te e nada te faltará*

NOTA DO AUTOR

«ama-te» é a história da nossa vida.

É a maior de todas as buscas, o reencontro necessário e o propósito final. É a premissa mais decisiva da nossa viagem.

Neste meu oitavo livro, e o oito é o número do infinito, só poderia falar daquilo que nunca cessa, que nunca se esgota e que chega para todos, por muito que se faça, se troque ou se dê: o amor.

O amor é a fonte inesgotável, o alimento eterno, o melhor que há e por preço nenhum, mas também é a maior das guerras, a conquista mais árdua, e nesse aspeto quem se der mais, quem o assumir e partilhar mais vezes, e quem o ancorar na terra com maior legitimidade, ganha.

É fundamental deixar o amor fluir por quem somos, pelo que fazemos, e descobri-lo em todas as pessoas e em todas as coisas.

Chegou o momento da mudança.

Está na hora de transformar a dor em amor. De baixar as armas de fogo e lutar de afeto ao peito, de compaixão na alma e bem-querer no ser, mas para isso são necessários guerreiros de verdade, homens corajosos e mulheres destemidas, capazes de elevar a vibração de amor nas suas vidas ao ponto de conseguirem expandir essa energia por todos os cantos do mundo, sem medo, sem limitações, sem nada, apenas e só porque acreditam que o caminho da humanidade é este e mais nenhum e porque sabem que a luta diária de se respeitarem acima de tudo e de se amarem antes de todos vale-lhes a vida inteira.

É urgente alistares-te nesta operação.

Numa altura em que o mundo parece estar a ruir, em que as pessoas estão cada vez mais de costas voltadas umas para as outras, onde cada vez mais organizações são regidas por valores questionáveis e o dinheiro parece ser o comandante das nossas vidas, é imperativo parar, olhar para dentro e querer perceber o que nos está a acontecer, questionar os nossos valores, os princípios do lugar onde trabalhamos, as ideias que passamos aos outros e aceitar o que vemos à nossa volta, sem perder a esperança nem desistir. Atravessamos uma era onde o amor é o único caminho capaz de evitar a nossa extinção. É nosso dever, portanto, expressá-lo, pois é isso que somos e é tudo o que temos de fazer. Não o amor que nos ensinaram nem o que nos cobram a cada instante, cheio de expectativa e dependência e julgamento, mas o nosso. O nosso por nós. O teu por ti. Aquele com que nasceste e algures perdeste. Aquele que te afirmava como dono e senhor da tua vida. Aquele que dava sentido à tua existência. Onde é que ele está? Onde o deixaste? Quando foi a última vez que o sentiste? Que o disseste a ti mesmo?

Neste livro vou levar-te numa viagem interior pela descoberta do teu guerreiro e convidar-te a queres ser mais e melhor, a perceberes as razões que não encontraste em determinado período da tua vida e a tomares uma consciência de mudança capaz de te elevar a ti mesmo para a dimensão a que pertences. Mas claro, vou preparar-te. Ao teu dispor terás cento e vinte frases poderosas, cento e vinte oportunidades para que a mudança e esse reencontro se deem, para que consigas matar saudades tuas, renascer e tornares-te na liberdade que és, sempre foste, e que preciso que sejas. É imperioso abandonar o medo em prol do amor, a preguiça em prol da ação e a desresponsabilização em prol da responsabilidade. É fundamental sonhar, acreditar e confiar.

É determinante mudar. É imperativo vencer esta guerra.

Ninguém consegue mudar o mundo sozinho, é um facto, mas se cada um de nós começar a mudar o seu, uma mudança global acontecerá. E é preciso contar com todos. Todos contam. Todos são importantes. E ninguém é mais nem menos que ninguém.

Somos todos um. Somos todos amor.

Este livro, agora que o tens na mão, e tal como a tua vida, será o que tu quiseres que ele seja. Podes lê-lo do princípio ao fim, do meio para os lados, do fim para o princípio ou simplesmente consultá-lo todas as manhãs, tardes, noites ou as vezes que entenderes durante o dia. Se optares por esta última via, a da consulta, aquela que me faz mais sentido, coloca-o entre as tuas mãos, fecha os olhos e compromete-te com o divino. Pede-Lhe uma mensagem para o teu momento, um caminho a seguir, um reforço do que já sabes mas anda esquecido ou aquilo que precisas ler para te munires, finalmente, de coragem. Tenho a certeza de que serás guiado para o melhor de ti e que obterás orientações poderosíssimas rumo às ações que precisas tomar e à mudança que precisas ser. Ficarás, por isso, mais perto de agir. Mais perto de Ser. Mais perto de te amares. Mais perto de amar os outros também.

Dependes de ti, assim escolhas ser a pessoa mais importante da tua vida, assim escolhas, e de uma vez por todas, amar-te como mereces ser amado.

«ama-te» é a mudança.

À formação, guerreiros.

«ama-te» é o caminho.

Avançemos!

**Viveríamos num mundo muito melhor
se mais pessoas soubessem do seu inesgotável
poder pessoal.**

És ilimitado.

E só deixarás de sê-lo quando acreditares que é impossível seres o que queres ser. És tu que te colocas limites. Mais ninguém. Os outros até tos podem apontar, podem gozar contigo, com as tuas crenças e desejos, podem fazer o que quiserem, mas és tu que acreditas neles, és tu que lhes dás mais ouvidos do que a ti próprio, és tu que te pões em causa, logo a responsabilidade por tudo o que podes ser e não és é exclusivamente tua e de mais ninguém.

O mundo necessita, e cada vez mais, de gente confiante. De pessoas que acreditem no seu infindável poder pessoal, que sejam donas da sua própria coragem e determinação, que saibam a direção para onde querem caminhar. O mundo precisa de nós, precisa de ti na tua plenitude, como tal não podes continuar a alienar-te desta enorme responsabilidade para com o todo do qual também fazes parte e para com o qual tens uma importantíssima missão.

Se nasceste é porque existe um motivo maior para aqui estares: ser feliz.

Só precisas descobrir como sê-lo, fazendo o quê, com quem e onde. Para isso ouve-te, respeita-te e para de negligenciar tudo aquilo de que és capaz, sempre foste e sempre serás: ser livre, lutando pelas tuas vontades.

Tu és capaz de tudo e tudo o que desejas é válido, caso contrário não vinhas aqui fazer nada nem sentirias tudo o que sentes.

Já imaginaste um mundo repleto de gente confiante?

Consegues, ao imaginá-lo, sentir a magia de tudo o que está à tua volta? A alegria das pessoas? A beleza das coisas? O alinhamento da energia entre uns e outros? A manifestação conjunta de valores tão universais como a liberdade, a igualdade e a fraternidade? Já te imaginaste a ti? Consegues visualizar-te como nasceste para ser – feliz?

Tens de confiar no poder que possuis, de acreditar que é possível manifestá-lo e depois de contribuir, pois nunca, como agora, o mundo precisou tanto de ti.

ama-te

**Tu sabes que as tuas desculpas nem a ti
te convencem.**

Dedicado aos cientistas da vitimização que se entregam diariamente à invenção de todas as causas e mais algumas para não saírem do mesmo lugar.

Parem de fazer de conta que acreditam no que estão a criar.

A vossa criação tem os dias contados, pois haverá sempre alguém que vos é muito próximo e que na maior parte dos casos até é aquela pessoa de quem mais dependem e a qual sacrificam com os vossos lamentos gastos e desavergonhados que, e em breves segundos, vos vai deixar de alimentar o ego e assim deitar por água abaixo o vosso trabalho de uma vida inteira.

Acreditem, vai mesmo acontecer. Mas depois não se queixem outra vez.
Procurem aprender com isso.

Conheço muita gente que se desculpa por tudo e por nada sem convicção nenhuma daquilo que está a dizer. Pudera, são só asneiras. E que perante o mínimo argumento de mudança explode ou chora como um bebé.

O que faço? Rio-me. E, como me divirto com aqueles credos todos, deixam de se queixar à minha frente.

Não alimento hábitos de queixume, logo não me olham como comida.
Não me usam. Não se aproveitam de mim.

É tempo de dizer «Basta» a esta gente. É altura de se acabar com esta patetice.

Já não há paciência nem tempo para nos relacionarmos com matéria humana desta. Lidemos apenas. É que além de não se mexerem e de andarem sempre de dedo em riste na direção de tudo e todos, ainda nos atrasam a vida.

Sim, esta malta consome muita energia de fora, energia nossa, que conquistámos com muito trabalho e afinco.

Se não te souberes proteger perante uma pessoa destas, toda a energia que tens vai para ela.

E agora tu, se escolheres ser assim, garanto-te já duas coisas. A primeira é que vais começar a notar que cada vez estás mais sozinho. E a explicação é simples, já ninguém te aguenta, és uma seca, um encargo. E a segunda é que, mal te dê um rasgo de consciência nessa irresponsabilidade doentia, vais então perceber que as pessoas que ainda estão contigo não fazem a mínima ideia do que estão aí a fazer, ou melhor, estão por pena que é a mesma coisa que nada, nunca por amor.

Vai-te doer, mas pode ser que te mude. Isto, claro, se não te queixares mais uma vez.

Desapega-te dessa irresponsabilidade, vê lá o que estás a fazer à tua vida e a acrescentar à vida dos outros, e mexe-te.

Nenhuma desculpa te leva a lado nenhum e tu sabes disso.

ama-te

**Nunca conseguirás agradar a todos,
mas podes sempre agradar-te a ti.**

Querer agradar a toda a gente é o primeiro passo para o desrespeito e o caminho mais rápido para a perdição.

É, aliás, tão perigoso e letal que chega a ofuscar toda a luz que nos alimenta e dizimar todo e qualquer sentido de vida com o qual tenhamos nascido. Quem escolhe essa via nunca passará de um pássaro de asas partidas, frágil e desesperado, que a qualquer momento pode ser pisado, caçado, esmagado ou morto por qualquer um. E o que não falta aí é gente que precisa cilindrar, torturar e macerar alguém para sentir algum bem-estar na sua vida.

Não te podes permitir isso.

Não podes querer ser o par de sapatos de toda a gente.

Tens de ser as tuas pernas, o teu próprio coração e a orientação da tua cabeça.

De que te adianta agradar a todos se isso pode ser desagradável para ti?

As pessoas só vão gostar todas de ti depois de morreres ou se escolheres ficar calado para sempre, o que, e na minha opinião, é apenas outra forma de estar morto, portanto desapega-te dessa ideia utópica e perigosa de agradar a todos e começa tu a gostar de ti.

Experimenta livrar-te dessa pressão. Experimenta ser quem és.

No dia em que isso acontecer, perceberás finalmente que é quando te obedeces e agradas que tudo faz sentido, que voltas a respirar, que os teus sonhos fluem e que o teu exemplo passa a ser um canal de luz para todos aqueles que te rodeiam, ainda que o respeito por ti mesmo lhes desagrade ou os possa incomodar.

Ninguém é indiferente a uma pessoa que se respeita acima de tudo e de todas as coisas. Todos querem ser como ela, uns assumem-no outros não, mas todos querem.

Todos queremos ser felizes.

E a felicidade é algo que apenas se encontra dentro de nós, nunca na satisfação dos outros. Se assim fosse, também a tristeza deles era a nossa, a raiva que carregam carregávamo-la nós e por aí adiante.

Tu não és o outro. Tu és tu. Esta é a tua vida, como tal, agrada-te a ti, respeita-te e muda o que não está bem contigo. Só assim terás mais energia e amor do puro para dar a todos aqueles que te rodeiam.

ama-te

**Quem é demasiado criativo a inventar desculpas,
é demasiado impotente para ser outra coisa
qualquer.**

Se usasses metade da energia que investes na descoberta de motivos para não fazer nenhum e na crença de que nada é possível em soluções para a tua vida, em menos de coisa alguma tornavas-te uma pessoa totalmente diferente.

Não me parece provável que alguém cuja vida assenta, única e exclusivamente, em padrões de vitimização, permissão e estagnação, tenha condições para ser sequer uma centelha do que era natural ser quando nasceu.

A desresponsabilização gera impotência; a impotência gera inação; e a inação é a forma mais miserável e ingrata de se estar na vida. Quem não se responsabiliza, não se mexe, não vai a lado nenhum, não experimenta nada, não sabe patavina da vida. Ainda assim, e porque a maioria das pessoas vive assente no «coitadismo», ainda é olhada como gente que precisa de nós, do nosso abraço e compreensão.

Não precisam.

São manipuladoras perfeitas, sabem de cor e salteado como gerar atenção e só continuam a fazê-lo porque insistimos em alimentá-los.

Não te esqueças, eles passam horas, dias, meses e anos a aperfeiçoar esta técnica.

Essa gente precisa é de abandono, de murros na mesa e de verdades ditas
olhos nos olhos.

Isso sim é amá-los, é despertá-los e querer o melhor para eles.

Mil vezes deixar de estar por amor do que estar por pena.

Sempre que nutres a criatividade de um irresponsável com afeto,
estás a dizer-lhe que esse é o caminho a seguir e, ao mesmo tempo,
a esgotar todas as reservas de energia que tinhas para lutar por tudo
o que sonhas, ou seja, crias tu próprio o pior dos dois mundos.

A energia é sempre contagiosa.

ama-te