



ALLAN PERCY
autor de *Nietzsche para estressados*

Hermann Hesse para desorientados



**66 lições inspiradoras para conquistar a
realização pessoal, profissional e espiritual**



SEXTANTE

Prólogo

Hermann Hesse é, muito provavelmente, um dos autores mais importantes do século XX. Farol dos jovens leitores, sua clareza de pensamento segue iluminando milhões de pessoas há quase um século.

Introdutor do orientalismo no Ocidente, escreveu obras emblemáticas como *Demian*, *Sidarta* e *O lobo da estepe*. O romancista norte-americano Henry Miller disse que entenderia Hesse em qualquer língua do mundo, mesmo que não soubesse uma única palavra dela. De fato, Miller foi um dos impulsionadores da obra de Hesse nos Estados Unidos.

Dedicando-se à jardinagem e à aquarela em seu retiro na Suíça, o homem que inspirou este livro passou os últimos vinte anos de sua vida respondendo às milhares de cartas que os leitores lhe mandavam com perguntas sobre os mais variados aspectos da existência.

Suas opiniões sobre a arte de viver fundamentam este pequeno manual, que reúne suas melhores pílulas de sabedoria em forma de aforismos. Dirigido a todas as pessoas que buscam orientação e serenidade para o dia a dia, *Hermann Hesse para desorientados* trata de temas necessários para encontrar o equilíbrio, como a autoestima, a busca do próprio caminho e a filosofia cotidiana. É um livro inspirador e original, que conduz os leitores à harmonia com os outros e consigo mesmo.

Allan Percy

1

A solidão é o caminho pelo qual o destino quer conduzir o homem em busca de si mesmo.

NIETZSCHE DIZIA QUE CAMINHAR AJUDA a encontrar as ideias, a descobrir-se a si mesmo. Presentearmo-nos com um momento de solidão nos permite ordenar os pensamentos, questionar sobre a vida e sobre o que realmente desejamos. É nosso momento de recolhimento, nosso espaço de criatividade.

É importante reservar uma parcela do dia para nós mesmos, não só para nos cuidarmos, mas também para estar aqui e agora, relaxar e evitar que algumas situações nos oprimam. Necessitamos de espaço para fugir da confusão e pensar, ou, ao contrário, para tirar da cabeça os problemas do dia a dia.

Eckhart Tolle fala do quão complicado pode ser o ruído mental, o fato de estarmos pensando constantemente. Se nossa cabeça está sempre em ebulição, não poderemos desfrutar de um momento de paz nem viver o aqui e agora. Por isso, convém desconectar. Todo o resto pode esperar alguns minutos.

Afastarmo-nos da confusão, ainda que por pouco tempo, nos devolve a calma e o sentido da existência. Proporciona uma direção para esclarecer nossos planos e atuar de forma certa.

Podemos respirar o oxigênio da solidão quando estamos ao ar livre, em um café ou em qualquer outro lugar que possamos imaginar.

Precisamos nos desconectar por alguns instantes do mundo e nos concentrar em nós mesmos. Você irá descobrir que a solidão é curativa, criativa e libertadora. Se reservar uma pequena parte do dia para si mesmo, deixará de se sentir perdido.

Se você ler com atenção os aforismos do autor de *O lobo da estepe*, ele vai ajudá-lo a se orientar.

2

A pessoa se esquece de julgar e criticar os outros quando está cheia de dúvidas sobre si mesma.

EXERCER O PAPEL DE JUIZ DA VIDA ALHEIA é a desculpa perfeita para não analisar a própria existência. Se observarmos os que costumam emitir julgamentos sobre o que os outros fazem, encontraremos neles um grande déficit de autocrítica.

Elas não são conscientes de seus atos e de suas palavras, porque focam sua atenção na vida de terceiros. E se comportam deste modo porque têm medo de encarar o que são e se decepcionar.

Contra o mau hábito de criticar os outros, Hesse, o jardineiro, nos propõe cultivar as dúvidas.

Arthur Schopenhauer dizia que quem começa com certezas terminará duvidando, mas quem parte das dúvidas chegará à certeza. Em vez de depositar energia no que os outros fazem ou deixam de fazer, vale a pena questionar os pilares que sustentam nossa própria vida, fazendo perguntas como:

- Quais deveriam ser as minhas prioridades?
- Sou capaz de distinguir o importante do urgente?
- Estou rodeado das pessoas certas para cumprir meus objetivos?
- Em que estou desperdiçando meu tempo?
- Que aspectos da minha vida estou negligenciando?
- Poderia fazer melhor o que acho que faço bem?

Esses questionamentos nos permitem fazer um check-up vital e reajustar nossa maneira de agir. Entretanto, as dúvidas só são úteis e férteis se são seguidas de decisões efetivas.

De nada adianta ficar parado, hesitando. É preciso duvidar para atuar mais e melhor.

Em seu poema “Elogio da dúvida”, Bertolt Brecht disse:

*De que lhe serve poder duvidar
a quem não pode decidir-se?
Pode atuar equivocadamente
quem se contenta com razões muito escassas,
mas ficará inativo ante o perigo
quem precise de muitas.*

Trata-se, portanto, de encontrar o equilíbrio: duvidar o suficiente para recalibrar nossas ações sem cair na inércia.

E, sobretudo, não criticar.

3

Quando odiamos alguém, odiamos em sua imagem algo que está dentro de nós.

ESTE AFORISMO DE HERMANN HESSE me faz lembrar de uma história ocorrida na época em que eu era consultor numa editora. Embora publicássemos livros sobre crescimento pessoal, no departamento editorial havia um ambiente de tensão devido aos constantes embates entre o diagramador e a editora de texto.

Ambos eram jovens, e eu não entendia de onde saía tanta hostilidade mútua. Comentei essa situação com um amigo que trabalhava em uma fábrica e, talvez por estar tão distante do mundo sobre o qual eu falava, ele me deu uma explicação surpreendente: “Isso acontece porque eles se gostam.”

Semanas depois soube que, de fato, eles haviam iniciado um romance.

Voltando ao sábio aforismo de Hesse, muitas pessoas acreditam equivocadamente que o ódio é o oposto do amor, quando a única coisa que é contrária ao amor é a indiferença. O que não amamos não existe para nós. Se um país não nos atrai, simplesmente nunca pensamos nele.

Quando odiamos alguém, é porque essa pessoa possui algo que nos toca profundamente e nos provoca mal-estar. Esse alguém está espelhando algo que há dentro de nós e que não queremos reconhecer. Se não fosse assim, não nos incomodaria tanto.

Desse modo, o invejoso sofre a inveja alheia com mais intensidade do que qualquer um; o indiscreto se irrita de forma desproporcional quando sofre uma indiscrição.

A pessoa que odiamos é o nosso espelho e, portanto, um mestre espiritual que não devemos desprezar.

O ódio é uma deformação do amor, mas é amor, no fim das contas. E, se temos amor, também temos a capacidade de transformá-lo em algo positivo, como a editora e o diagramador que trocaram as discussões por uma aventura

amorosa.

Talvez brigassem porque o amor, ao ser detectado, produz medo, e esse medo muitas vezes se disfarça de aversão.

Portanto, na próxima vez que você sentir ódio de alguém, pergunte a si mesmo o que esse sentimento está refletindo e qual é a lição que ele tem a ensinar. Depois examine aquilo de que não gosta em si mesmo e tente livrar-se disso.

Certa vez, quando um jornalista perguntou ao ator John Malkovich sua opinião sobre os movimentos de extrema direita, ele respondeu: “Não me preocupo com o nazista que cruza comigo na rua. O que me preocupa é o nazista que vive dentro de mim.”

4

Quando tememos alguém, concedemos a esse alguém poder sobre nós.

FREQUENTEMENTE ESTAMOS MAIS ATENTOS aos outros do que a nós mesmos e lutamos de forma absurda para ter a aceitação alheia, como se nosso valor só pudesse ser estabelecido por pessoas que mal nos conhecem.

Dar aos outros esse poder gera insegurança e faz com que estabeleçamos vínculos doentios com eles. No entanto, a única aprovação de que necessitamos está em nós mesmos. Se não temos autoconfiança, se não temos certeza do que fazemos, como esperamos que os demais nos aprovelem?

É preciso aprender a amar a si mesmo, a reconhecer-se e a aceitar-se, apesar de suas imperfeições – que, na realidade, são caminhos a percorrer. Só assim você deixará de temer os outros e de ser afetado por suas opiniões.

Na verdade, com frequência os outros nem sequer têm uma opinião sobre nós. Nós é que ficamos obcecados em saber o que pensarão a nosso respeito.

Como dizia Hermann Hesse, cada ser humano é responsável por seu jardim e pinta em sua mente a aquarela do que deseja ser. Quando deixamos de depender dos outros e de nos comparar a eles, descobrimos que somos donos da nossa vida.

5

Esperar passivamente no meio do fogo é muito mais difícil do que atacar.

OUVIMOS FREQUENTEMENTE QUE devemos ser proativos, que precisamos agir e não reagir, que, em alguns momentos críticos, o melhor que podemos fazer é ficar quietos.

Assim, eis algumas situações em que é aconselhável não fazer nada:

- Quando o nível de uma discussão desceu tanto que só haverá palavras ofensivas e valorações exageradas do problema em questão.
- Quando somos tomados pela raiva e estamos a ponto de escrever um e-mail ou enviar uma mensagem para o celular de alguém que nos feriu.
- Quando alguém nos incentiva a tomar uma decisão sobre a qual não estamos seguros.
- Quando nos sentimos tentados a assumir um gasto pelo qual talvez não possamos pagar.

Como nos lembra o Eclesiastes, “há tempo de calar e tempo de falar; tempo de amar e tempo de odiar; tempo de lutar e tempo de paz”.

A sabedoria do ser humano reside em distinguir o tempo da ação do tempo da inércia, para não piorar mais as coisas.

6

Até o mais genial regente de uma orquestra se torna um elemento negativo quando se dá excessiva importância.

NA PARTE I DA TRILOGIA *O Senhor dos Anéis*, alguém disse que “até a pessoa mais insignificante pode mudar o curso do futuro”. Tanto os gênios quanto os seres mais simples podem produzir grandes feitos, mas isso não lhes dá uma superioridade diante dos outros.

O escritor e palestrante Álex Rovira afirma: “Em sua etimologia, a palavra ‘humildade’ se refere ao essencial, à terra. Porque essa palavra vem do latim *humilis*, que, por sua vez, vem de ‘húmus’: aquilo de que a natureza se desprende e que a enriquece, a fertiliza e a faz crescer.”

A humildade nos permite medir nossos passos no caminho para não tropeçarmos nos outros, além de nos dar a consciência do que precisamos cultivar para que nossa vida dê frutos. Por isso, nas palavras de Rovira, “a expressão sincera de humildade não é sinal de ingenuidade ou fraqueza; ao contrário, é sinal de lucidez e de força interior”.

No final do romance *Sidarta*, Hesse nos fala do amor que o protagonista sente por uma pedra porque vê nela tudo o que ela é: não simplesmente uma pedra, mas parte do todo, e isso significa que não deve ser considerada inferior ao ser humano. Sem o pequeno, o grande também não pode existir.

Gracias por visitar este Libro Electrónico

Puedes leer la versión completa de este libro electrónico en diferentes formatos:

- HTML(Gratis / Disponible a todos los usuarios)
- PDF / TXT(Disponible a miembros V.I.P. Los miembros con una membresía básica pueden acceder hasta 5 libros electrónicos en formato PDF/TXT durante el mes.)
- Epub y Mobipocket (Exclusivos para miembros V.I.P.)

Para descargar este libro completo, tan solo seleccione el formato deseado, abajo:

