

HAPPY SCIENCE

SÉRIE: VERDADE EM AÇÃO

COMO SUPERAR A RAIVA E A TRISTEZA



NESTA EDIÇÃO:

RELATOS DE
EXPERIÊNCIA

ANÁLISE DOS
APRENDIZADOS

2020

Sobre a Happy Science

A Happy Science é uma religião fundada no Japão, no ano de 1986, pelo Mestre Ryuho Okawa. É uma religião baseada na Fé em El Cantare, o Deus-Criador e seus ensinamentos baseiam-se nos Quatro Princípios da Felicidade - Amor, Conhecimento, Reflexão e Desenvolvimento - que abraçam filosofias e crenças mundiais, transcendendo as fronteiras da cultura e das religiões.

Conheça nossos templos e
saiba mais no site:

www.happyscience.com.br



Mestre Ryuho Okawa

Ryuho Okawa nasceu no dia 7 de julho de 1956, em Tokushima, Japão. Após graduar-se na Universidade de Tóquio, juntou-se a uma empresa mercantil com sede em Tóquio. Enquanto trabalhava na filial de Nova York, estudou Finanças Internacionais no Graduate Center of the City University of New York.

Em 23 de março de 1981, alcançou a Grande Iluminação e despertou para Sua consciência central, El Cantare - cuja missão é trazer felicidade para humanidade - e fundou a Happy Science em 1986. O Mestre Okawa já realizou mais de 3000 palestras e publicou mais de 2600 livros sobre religião, autoajuda, negócios, educação, política, entre outros.



SÉRIE: VERDADE EM AÇÃO


A Série "Verdade em ação" é uma coletânea de relatos de experiência de membros da Happy Science. O intuito é aprender com a história de cada pessoa, que por meio da Fé em El Cantare e da prática dos ensinamentos, aprendeu a perdoar a si e aos outros, aprendeu com os seus erros, prosperou, se curou de uma doença ou ajudou outras pessoa. Enfim, conseguiu aprimorar a alma e viver com mais felicidade.



Nesta edição, há dois relatos: da Sra. Maria e do Sr. André, que conseguiram superar a tristeza e a raiva. Você compreenderá a importância do conhecimento da Verdade e também do quão valioso é viver com uma mente calma e tranquila.

São histórias de desafios, dificuldades, superação, esperança, esforço, amor e de muita Fé. Esperamos que estas histórias possam inspirar você.

RELATO DE EXPERIÊNCIA I

Sra. Maria* 
50 anos de idade
Nascida no Japão

“

Apesar de estar sofrendo em agonia, consegui voltar a ter uma mente clara como o céu azul.

”

POR QUE ESTOU SOFRENDO?

Essa é uma história que ocorreu há mais de 20 anos. Divorciei-me porque sofri uma traição do meu marido. Senti que havia sido “descartada” e não tinha mais vontade de viver, não tinha mais vontade nem de me alimentar, meu corpo estava sempre pesado e todos os dias eu sofria de dor de cabeça. Além disso, eu ouvia a palavra “morra” próximo ao ouvido (a partir do ensino médio comecei a ver espíritos) e sofria com a sensação de que “alguém estava me controlando”.

Envolvida pelo sofrimento e ansiedade, fui ao hospital fazer exames, porém foi revelado que não havia nada de estranho. Nessas condições, fui até uma religião tradicional de Okinawa para receber orações. Quando recebia as orações o meu corpo ficava mais leve, porém em breve eu voltava a agonizar.

EU QUERIA SER COMPREENDIDA

A possessão espiritual começou a se tornar muito intensa e a solidão aumentava. O sentimento de querer alguém que me compreendesse também aumentava muito. Até que um dia, resolvi visitar a floricultura de uma amiga de infância. Disse a ela:

- Eu ouço vozes de espíritos. Você acredita nesses fenômenos?

Neste momento, inesperadamente, entrou na loja um casal de clientes, que eram membros da Happy Science, e ela sugeriu que eu conversasse com eles. Conversei com eles e revelei todo o sofrimento que passava. Senti o amor e a gentileza desse casal que me ouvia atentamente, senti que meu coração foi ficando tranquilo e senti que queria me tornar igual a eles. Um tempo depois me tornei fiel da Happy Science e entrei no caminho da fé.

“LEI DA SINTONIA DE VIBRAÇÕES”

Ao começar a estudar os ensinamentos, aprendi a “Lei da sintonia de vibrações”. No momento no qual entendi que a causa da possessão por maus espíritos estava dentro do meu coração, fiquei chocada. Comecei a estudar, assiduamente, os ensinamentos e a praticar reflexão. Tomei a decisão de me livrar totalmente dos pensamentos que estavam “convidando” os maus espíritos.

No entanto, quando eu abria os livros do Mestre Okawa era acometida por um sono violento que me impossibilitava de lê-los. Ainda assim, quando li o livro “As Leis do Sol” senti que havia algo incrível naqueles ensinamentos. Mesmo com um forte sentimento de querer estudar a Verdade, quando eu ouvia alguma palestra do Mestre logo eu dormia, ou quando eu assistia às palestras Dele ao vivo, meu corpo ficava pesado de maneira que eu não conseguia levantar. Eu sofria e pensava



“por que será que não consigo me controlar?”. Cheguei à conclusão de que já que não conseguia me reerguer, então, eu iria, todos os dias, estudar os ensinamentos e praticar reflexão.

O SENTIMENTO DE QUE NÃO TINHA SIDO AMADA PELA MÃE

Eu li repetidamente o livro “As Leis do Sol” e fiquei surpresa quando li que a essência do Amor é “algo que se dá”. Percebi que eu tinha um forte desejo de querer receber amor. Eu quis mudar e quando me aprofundi na introspecção, lembrei-me dos conflitos que eu tinha com a minha mãe.

Nós éramos quatro irmãos e a minha mãe era muito gentil e bondosa com os outros três, mas quando ela falava comigo dizia apenas queixas e insatisfações, como se eu fosse uma lata de lixo na qual ela cuspiam tudo. Além disso, meu irmão era uma

pessoa muito bem sucedida e minha mãe sempre me dizia que eu era um fracasso. Sem perceber comecei a me considerar uma pessoa inútil e desenvolvi o sentimento de autodepreciação. Para esconder este complexo de inferioridade eu sempre tinha que ser a primeira pessoa a expressar alguma opinião e também falava orgulhosamente do quão boa eu era. Além disso, eu também cobrava elogios e apoio do meu ex-marido.

Após encontrar a fé sinto que fiquei muito forte. **Tenho a convicção de que sou filha de Deus e quero viver para fazer as outras pessoas felizes** visto que elas também são filhas de Deus.

SEMINÁRIO DE REFLEXÃO E GRATIDÃO AOS PAIS

Entendi que a causa da possessão espiritual era meu desejo de “cobrar amor”, oriundo do complexo de inferioridade. Para resolver isso resolvi participar do seminário de “reflexão e gratidão aos pais”. Meu pai tinha uma personalidade parecida com a minha, de forma que eu conseguia emitir gratidão a ele, mas em relação à minha mãe eu apenas sentia raiva.

Após o seminário decidi escrever em um caderno as qualidades da minha mãe e gradativamente lembrei-me da cena dela, sozinha, cuidando de mim e dos meus irmãos. Devido a relacionamentos extraconjugais, meu pai saiu de casa e por isso a minha mãe cuidou de nós desesperadamente. Com certeza foi um período de muita dor e sofrimento para ela. Por um longo tempo eu condenei a minha mãe, mas ela suportou tudo sem dizer nada. Devido às dificuldades financeiras eu não teria condições ir à

escola, mas minha mãe dizia que o único bem que ela poderia me deixar seria a educação e então, mesmo sofrendo com as finanças da casa, ela me ajudou a cursar o ensino médio.

Quando mudei a minha maneira de pensar, percebi que a minha mãe lançava reclamações, porque na verdade ela confiava em mim. Percebi que tinha sido muito amada pela minha mãe e comecei a chorar. Dentro do meu coração havia surgido um forte sentimento de gratidão. Senti o meu corpo mais leve e a dor de cabeça também começou a desaparecer.

INICIANDO A PARTIR DA GRATIDÃO

Mesmo assim a possessão não desapareceu totalmente, ainda tive que lutar durante seis meses. Quando começo a me tornar pessimista, repentinamente, o corpo volta a ficar pesado ou começo a ter dor de cabeça, nessas situações, logo começo a ler os livros do Mestre Okawa e faço reflexão. Dessa maneira o meu coração se aquece e fica mais leve. Mesmo quando eu sentia que os maus espíritos haviam se afastado, novamente eu sentia a possessão. Porém, corajosamente, eu estudei a Verdade e continuei a fazer orações.

Dentro desta disciplina e lendo os livros do Mestre aprendi que o caminho da harmonia entre o casal, a harmonia no lar e também a utopia no lar possuem força para salvar o mundo. Mesmo tendo falhado no primeiro casamento eu casei novamente e quero construir uma família que seja capaz de levar luz a muitas pessoas. Encontrei um marido que também tem fé em El Cantare, nos casamos e hoje, em casa, dizemos palavras como “bom dia” e “obrigado” e nos esforçamos para sorrir. É uma família muito feliz.

Após encontrar a fé sinto que fiquei muito forte, tenho convicção de que sou filha de Deus e quero viver para fazer as

outras pessoas felizes, visto que, elas também são filhas de Deus. A partir de um coração repleto de gratidão, entrei no caminho para me libertar totalmente da possessão espiritual. A partir dessa profunda experiência quero buscar diariamente o correto coração e divulgar a Verdade ao maior número possível de pessoas.



ANALISANDO OS APRENDIZADOS

■ Quando se sentia mal, a Sra. Maria recebia orações, mas logo percebia que os maus espíritos retornavam. Isso acontecia devido à “lei de sintonia de vibrações”, ou seja, se ela não eliminasse a causa da possessão espiritual os maus espíritos iriam retornar. Por isso é importante sempre analisar e melhorar os pensamentos;


■ Ela percebeu que tinha um complexo de inferioridade por sentir que não tinha sido amada pela mãe, porém ao participar do seminário “Reflexão e gratidão aos pais” a Sra. Maria conseguiu mudar a maneira como enxergava o passado e descobriu que havia sido muito amada pela sua mãe;

■ Mesmo após uma série de transformações e descobertas a Sra. Maria continuou lutando contra a possessão espiritual por seis meses. Isso mostra a importância do esforço contínuo no estudo dos ensinamentos, em frequentar o Templo Local, praticar as orações e etc. Todas as mudanças levam tempo, porém todo esforço é válido;

■ Ao ler os livros do Mestre Okawa, repetidamente, a Sra. Maria conseguiu manter a mente alerta e vigiar seus pensamentos. Esta prática foi fundamental para livrá-la da possessão espiritual por maus espíritos;

■ No final, ela conseguiu preencher o coração dela de gratidão e hoje busca viver uma vida de retribuição. Esta é a grande felicidade do ser humano, poder viver uma vida de retribuição na qual busca dar amor as pessoas.

RELATO DE EXPERIÊNCIA II

Sr. André* 
50 anos de idade
Nascido no Japão

“

Fiz reflexão sobre a raiva e consegui encontrar um novo emprego.

”

A DECISÃO DE MUDAR PARA MELHOR

Ao passar dos 40 anos pensei: “Será que está tudo bem se eu viver a minha vida desse jeito?”. Conflito com os pais, divórcio, desemprego e mudanças no trabalho, vivenciei uma série de fracassos e vivia constantemente com um sentimento de infelicidade.

Aos 42 anos, um amigo do trabalho recomendou a leitura de um livro do Mestre Okawa e então, me tornei fiel da Happy Science. “Se eu praticar este ensinamento no trabalho conseguirei reconstruir a minha vida”. Tendo esta expectativa decidi me esforçar para estabelecer pequenas metas de curto prazo e comecei a estudar os ensinamentos. Eu trabalhava numa empresa e almejava um cargo gerencial. A empresa lidava com energia elétrica e objetos perigosos, por isso foi necessário estudar para obter mais de 10 tipos diferentes de qualificações. Em três anos e meio consegui estas qualificações, compreendi o

conteúdo do trabalho e o meu salário aumentou.

No entanto, comecei a não gostar do meu chefe. Certo dia o modem de wireless sumiu da empresa e ele disse que a culpa era minha. Porém, depois descobri que na verdade fora ele quem sumira com o modem de wireless, e assim, eu mesmo desisti da empresa.

ALMEJANDO UMA MENTE TRANQUILA

Mesmo após perder o meu trabalho o sentimento de culpar os outros não desaparecia e a minha mente ficava perturbada. Nessa época, eu estava lendo o livro *As Leis do Sol* e uma seção me chamou a atenção, foi um dos estágios da iluminação chamado de Arakan. Arakan é um estado da mente no qual não importa a dificuldade ou problema ele sempre consegue manter a mente inabalável. Decidi que também queria desenvolver uma mente inabalável. Então, comecei a reler os livros do Mestre Okawa e a fazer reflexão. Para atingir o nível de Arakan a reflexão é muito importante. Ao ouvir sobre a oportunidade do “curso de purificação da alma” logo me inscrevi.

Eu decidi me esforçar para estabelecer pequenas metas de curto prazo e comecei a estudar os ensinamentos.

PALAVRAS DE UM AMIGO QUE SE APROFUNDOU NA REFLEXÃO

Comecei a participar do Curso de Purificação da alma indo uma vez por semana ao templo. Refleti sobre toda a minha infância. Após dois meses, decidi arrumar um novo emprego e comecei a trabalhar com entusiasmo. Mas ao pensar sobre meu emprego anterior, pensava no por que eu precisei passar por uma experiência tão ruim e sentia um forte arrependimento. Enquanto

eu lutava contra as vibrações da minha mente, um amigo que também participava do curso me disse o seguinte:

- Até hoje eu sempre tive raiva da minha mãe porque ela era muito rigorosa. Porém quando refleti sobre o relacionamento com ela, eu percebi que me tornei uma pessoa melhor por causa dela e comecei a sentir gratidão.

Quando ouvi isso entendi que apesar de estar com ressentimentos em relação ao meu chefe, senti que esta situação era uma oportunidade de reflexão. Percebi que tinha um sentimento de arrogância que queria inferiorizar o meu chefe. E quando analisei a perspectiva do meu chefe senti que ele queria que eu saísse da empresa. Conforme aprofundi ainda mais na reflexão percebi que sempre tive uma mente irada e também a tendência de condenar as pessoas ao meu redor. Reconheci que esses sentimentos de condenação e de arrogância haviam criado os fracassos que tive na minha vida.

Visto que comecei a me esforçar para estabelecer o hábito da reflexão mesmo no trabalho eu logo percebia quando começava a sentir raiva em relação ao chefe. Dessa maneira comecei a observar calmamente o estado do meu coração.

Sou abençoado pelos relacionamentos interpessoais e vivo cada dia com plenitude. Visto que, quero compartilhar com as pessoas a força que a Verdade Búdica teve para me mudar, faço parte do grupo de difusão do templo local.

EXPERIENCIANDO A FORÇA DA REFLEXÃO

Após um ano e meio, surgiu um novo aprimoramento. Houve uma demissão em massa na empresa em que eu trabalhava



e de repente me senti perdido. Se fosse o meu “eu” de antes logo ficaria irado pensando “por que eu tive que ser demitido?”, mas fiquei surpreso ao perceber que silenciosamente eu consegui controlar a minha raiva. Eu ainda condenava os subordinados por serem lentos no trabalho e também achava os meus chefes incompetentes. Então, considere que essa demissão foi uma lição que recebi de Deus para poder me aprofundar na reflexão.

Antes de ir embora da empresa, calmamente eu disse ao meu chefe “muito obrigado por tudo até hoje” e ele respondeu: “me desculpe por tudo, até você encontrar um novo emprego irei lhe conceder férias remuneradas”.

A FELICIDADE DE VIVER COM UM CORAÇÃO TRANQUILO

Um mês após ter sido demitido consegui um emprego melhor do que o anterior. Hoje sou vice-presidente de uma empresa que cuida com segurança de prédios. Sou abençoado pelos relacionamentos interpessoais e vivo cada dia com plenitude. Visto que, quero compartilhar com as pessoas a força que a Verdade Búdica teve para me mudar, faço parte do grupo de

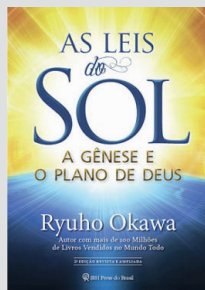
difusão do templo local. Ao me aprofundar na reflexão, o trabalho e a minha vida avançaram com firmeza. Senti a importância de se poder viver com um coração calmo e tranquilo.



ANALISANDO OS APRENDIZADOS

- O Sr. André decidiu praticar os ensinamentos e estabeleceu metas de curto prazo. Estabelecer metas como: “o que vou fazer hoje?” é algo muito importante para organizar o tempo e também para manter a mente tranquila;
- Ao estudar o livro *As Leis do Sol* ele decidiu desenvolver uma mente inabalável. Essa decisão foi muito importante, pois a partir disso ele iniciou as práticas espirituais: estudo dos ensinamentos e prática de reflexão;
- Praticando reflexão, o Sr. André percebeu que tinha a tendência de ser arrogante e de condenar as pessoas. Ao perceber isto, decidiu mudar;
- Com esforços persistentes conseguiu superar até mesmo a raiva de ter sido demitido;
- Afinal, o Sr. André percebeu a preciosidade que é manter a mente calma e tranquila.

Dica de leitura



As Leis do Sol - A gênese e o plano de Deus
A Sra. Maria e o Sr. André, em seus relatos, destacaram a importância da leitura do livro “As Leis do Sol”, inclusive a importância de relê-lo diversas vezes. Escrito pelo Mestre Okawa, é o principal livro da Happy Science e fala sobre a origem do Universo e das Leis Universais, criadas por Deus.

> Saiba mais em www.okawalivros.com.br





O **HAPPY CAST BRASIL** é um podcast que aborda Espiritualidade e Fé de maneira prática e bem humorada. São abordados uma série de assuntos como, por exemplo, resolver problemas de relacionamentos, problemas financeiros, saúde, meditação, etc. Todo o conteúdo é baseado nos ensinamentos do Mestre Ryuho Okawa. Esperamos que o conteúdo seja útil a você! Divirta-se!



**TODA SEMANA,
UM EPISÓDIO INÉDITO!**

DISPONÍVEL NAS PRINCIPAIS
PLATAFORMAS DIGITAIS:



SIGA E ACOMPANHE NOSSAS REDES SOCIAIS



INSCREVA-SE, FIQUE SEMPRE POR
DENTRO DAS NOVIDADES E CONFIRA
NOSSA PROGRAMAÇÃO COMPLETA!



Blog

artigos baseados
nos ensinamentos
do Mestre Okawa

Estudo 1 livro em 1 hora

todos os meses um livro diferente

Lives, vídeos e palestras

transmissões no Youtube


Podcast

ouça o Happy Cast Brasil nas
principais plataformas digitais


Agenda


confira as atividades presenciais,
online e horário de funcionamento

Site e redes sociais:

 www.happysciencejundiai.com.br

 @happysciencejundiai

 Happy Science Jundiaí

 Happy Science Brasil - Live



HAPPY SCIENCE BRASIL TEMPLO LOCAL DE JUNDIAÍ

Contato | Rua Congo, 447-Jd.Bonfiglioli
gabriel-viotto@happy-science.org
(11) 9 5997-7712

