Sri Prem Baba

TRANSFORMANDO O SOFRIMENTO EM ALEGRIA

Construa relacionamentos íntimos e harmoniosos

Resumo de Transformando o Sofrimento em Alegria. Construa Relacionamentos Íntimos e Harmoniosos

“Prem Baba constrói pontes entre a verdade universal e as práticas diárias do Oriente e do Ocidente. Este é um guia para todos os que estão buscando uma vida mais saudável e gratificante, pois ele nos mostra como transformar o sofrimento em alegria.” – Dr.

Jamil Mahuad, Presidente do Equador 1998-2000 Escrito por Prem Baba, cuja vida é dedicada a ajudar as pessoas a alcançarem seu verdadeiro propósito, Transformando o sofrimento em alegria é um guia prático para nos ensinar a construir a vida de realização espiritual que tanto buscamos.

“O amor é a essência dos ensinamentos de Prem Baba. O único pecado, como ele gosta de dizer, é não amar. Prem Baba não nega a existência do mal no mundo.

Ao contrário, ele nos incita a ter a coragem de olhar para dentro e ver as porções do mal que espreitam em nosso interior, todas enraizadas no medo. Da mesma forma que a escuridão pode ser compreendida como a falta de luz, o mal pode ser compreendido como a falta de amor.

Para ajudar as pessoas a realizarem a jornada do medo para o amor, ele desenvolveu uma metodologia que chama de ‘Caminho do Coração’, abordada neste livro. Esse método, derivado da sua busca pessoal, integra os insights da psicologia ocidental com a espiritualidade oriental e inclui práticas que vão de meditação e yoga até a intensa exploração psicológica do que Jung chamou de ‘sombra’, os impulsos negados que governam parte do comportamento humano.

Prem Baba sustenta a esperança perene de que todos os seres humanos têm o potencial para viverem juntos no amor – nossa essência humana – e incorpora seus próprios ensinamentos.

Ele irradia o amor do qual fala, e isso faz toda a diferença. Permita que

estas palavras lhe mostrem o caminho que é só seu. Estes ensinamentos têm o propósito de acordar seu guia interior.

Pois, afinal, o mestre está dentro de cada um.” William Ury, autor de Como chegar ao sim com você mesmo

Acesse aqui a versão completa deste livro